

保健体育講座 笠次 良爾 教授



学校・スポーツ現場における傷病予防



キーワード 傷病予防/ リスクマネジメント/ 主体性

どのような研究をなぜ行っているか

私は学校やスポーツ現場における傷病の予防について、一次予防、二次予防、三次予防の観点から、教員や指導者が現場実践するための教育と研究を行っています。その理由は、児童生徒やスポーツ選手の傷病は、治療もちろん大切ですが、それ以上に学校やスポーツ現場で予防することが重要と考えるからです。

私は整形外科医師として約30年間、臨床で患者さんの治療に関わってきましたが、中学や高校で大きなケガをすると、時として復帰までに長期間リハビリテーションを要し、目標としていた大会に出場できなかったり、自分の思い描いていた競技生活を行うことが出来ない児童生徒の治療に携わってきました。そして治療よりも予防に力を入れたいと考え、児童生徒の指導を行う教員の養成に関わるために本学へ赴任しました。

傷病の予防には、一次予防、二次予防、三次予防の3つのフェーズがあります。一次予防は重篤な傷病が起きないようにすること、二次予防は傷病の早期発見と早期対応、三次予防は適切な治療とリハビリで早期復帰と後遺症や再発を予防することです。一次予防では傷病の内的因子、外的因子、練習因子を念頭に置き、例えば生徒が自らのコンディションをセルフやペアでチェックする方法の効果を検証したり、大会参加前に体調のセルフチェックを行い、体調不良が傷病や競技中止の原因となることを明らかにしたりしてきました。二次予防では、競技会の医事運営体制構築に関わり、傷病発生時の初期対応を迅速に行うことに取り組んできました。そして三次予防では、生徒が医療機関受診時に自分の傷病と治療方針について把握し、医療機関と学校現場が共通認識を得ることを促すコミュニケーションツール（SHS®）を用いて、生徒の主体性を高め、早期復帰と再発予防に繋げる取り組みを行っています。

研究成果をどのように活用し、どのような貢献ができるか

研究成果は、学校ならびにスポーツ現場に対して管理と教育の両面から活用し、管理で目の前の傷病を減らすだけでなく、教育で将来にわたって自らのリスクマネジメントを行う能力の育成に貢献できます。まず安全管理では体育授業や運動部活動等を通して、教員だけでなく児童生徒も一緒に安全管理を行えるような環境づくりに取り組みます。次に安全教育は、保健と体育理論の授業を用いて全体へアプローチし、傷病発生時には患児へ個別にアプローチして、傷病の予防について主体的に考え行動する力を養うことが出来ます。この力は、学校を卒業し社会に出てからも役に立つ、永続的な「生きる力」です。これらの実践研究を県内外の複数のフィールドで行い効果を検証することが、傷病予防の考え方を学校やスポーツ現場に根付かせることに貢献すると考えます。

これまでの連携研究や社会貢献活動の実績

- TOKYO2020オリンピック・パラリンピック トライアスロン競技 選手医療代表（AMSV：Athlete Medical SuperVisor）（2021）
- World Triathlon Championship Series Yokohama 医療代表（2009-現在）
- 奈良マラソン救護委員会救護本部長（2011-現在）
- NPO法人奈良スポーツ育成選手を守る会 監事（2011-現在）
- メンタルヘルス、社会性、および集中力の強化を意図した運動・スポーツ遊びプログラムの開発・評価およびその普及啓発（2013.4-2016.3）