



関係各位

平成 27 年 2 月 27 日

一般社団法人 神戸市サッカー協会  
理事（医科学委員会） 戸祭正喜

### 活動報告書（第 3 回神戸市サッカー協会医科学講習会）

1. 期 日：平成27年2月7日（土）17時30分から19時40分

2. 場 所：神戸市勤労会館 7F大ホール

3. 実施状況およびその内容

参加者は117名でした。

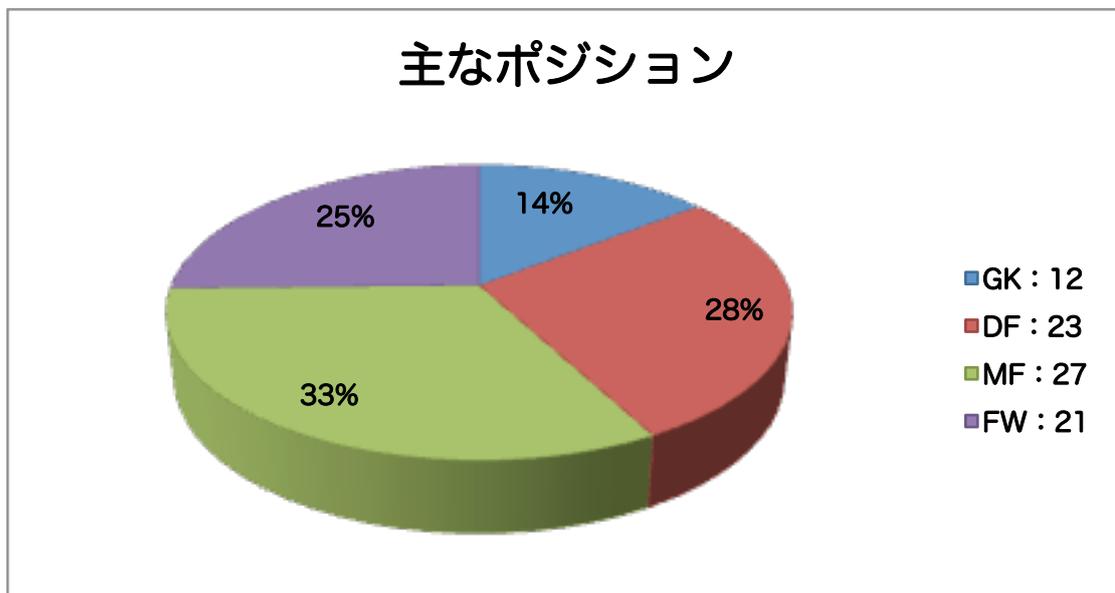
17:30～18:30まで戸祭が「スポーツ障害の発生予防」について、PCプレゼンテーションにて講演を行った。

次いで、10分間の休憩の後に、18:40～19:40まで兵庫県サッカー協会医科学委員会委員で日本体育協会公認アスレティックトレーナーの前川慎太郎氏が「トレーナー活動の実際」について、PCプレゼンテーションにて講演を行った。残った時間を利用して、聴衆からの質問を受け付け、質疑応答を行った。

参加者からの感想（アンケート用紙の内容を集計）

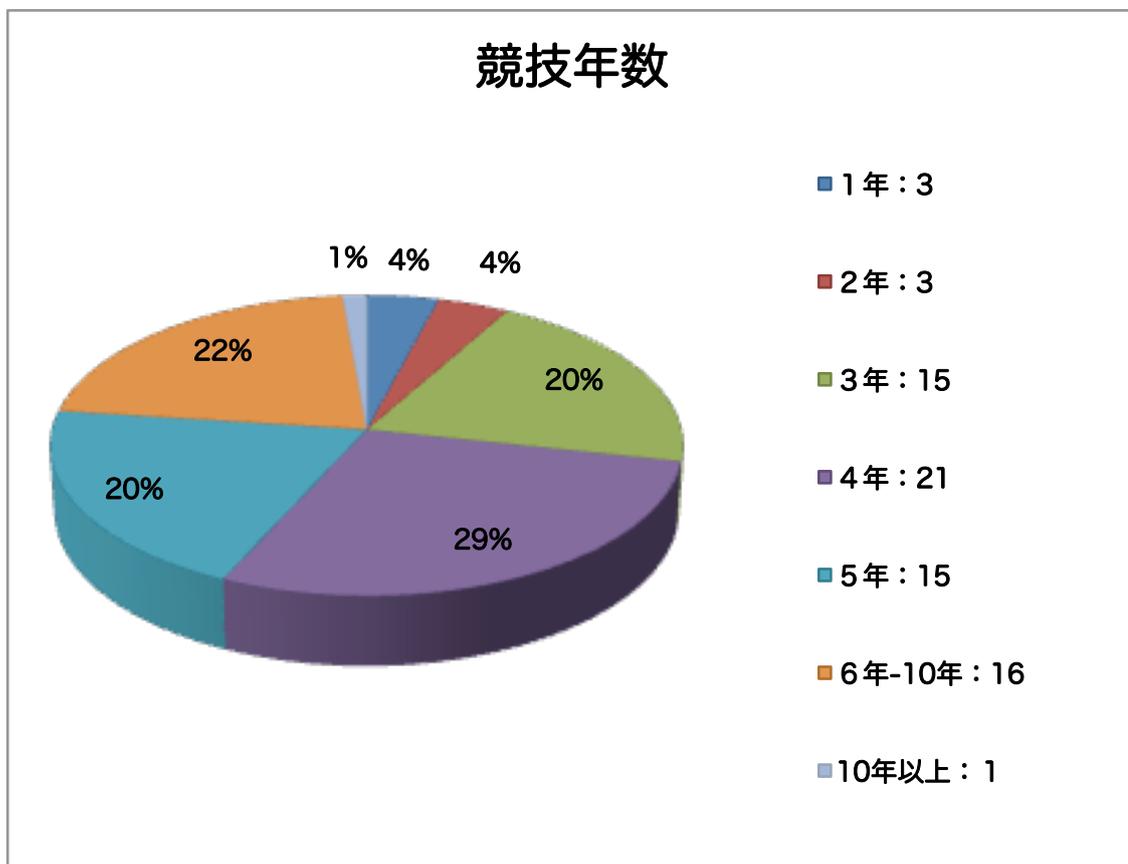
講習会の受付でアンケート用紙を配布し、回収できたのは111枚（94.9%）でした。

#### 【主なポジション】

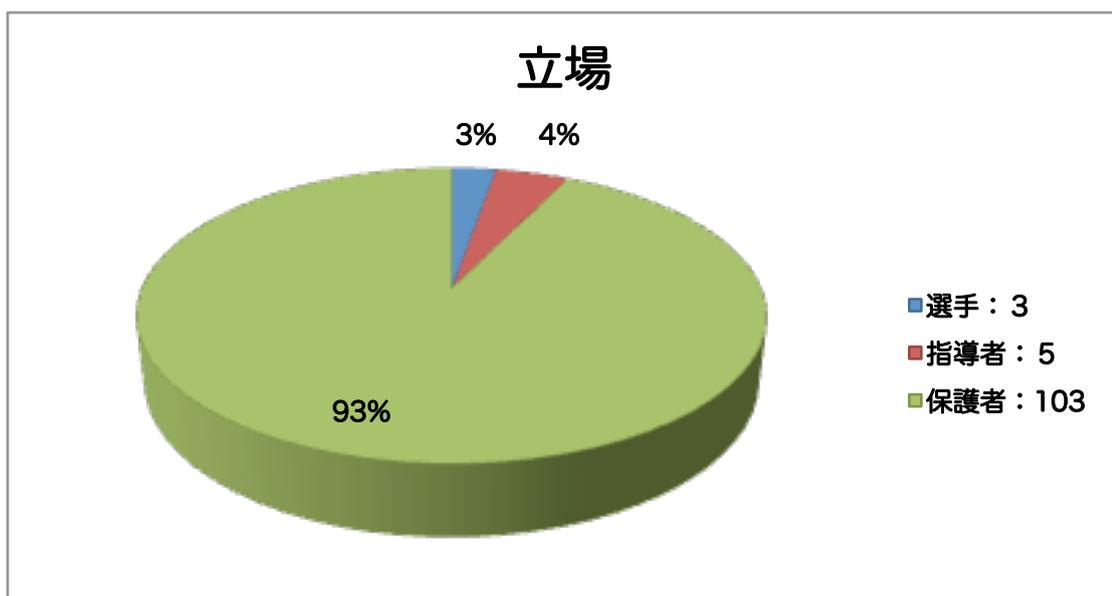




### 【競技年数】



### 【どのような立場で関係していますか？（複数回答可です）】



### 【現時点で、からだのどこかにスポーツ障害を抱えていますか？】

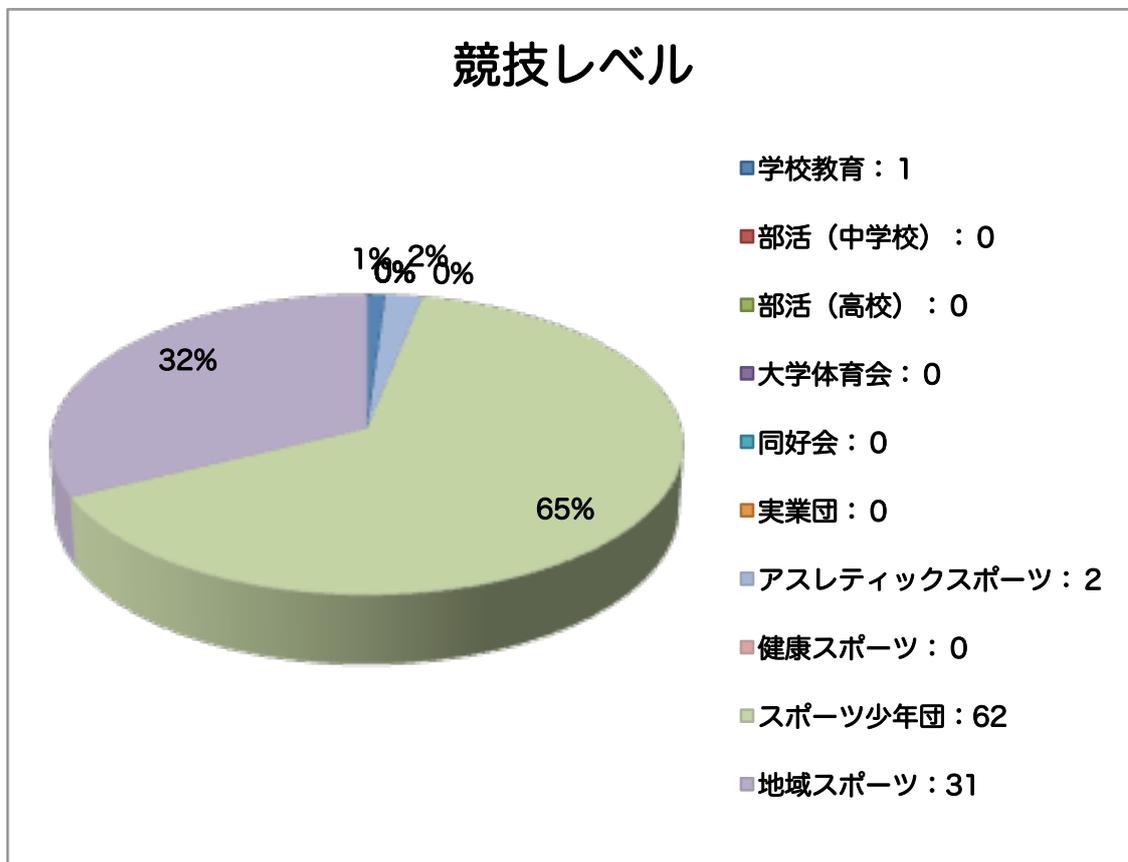
はいと回答されたのは7名（6.3%）でした。

このうち治療中と回答したのは5名、治療していないのが4名でした。

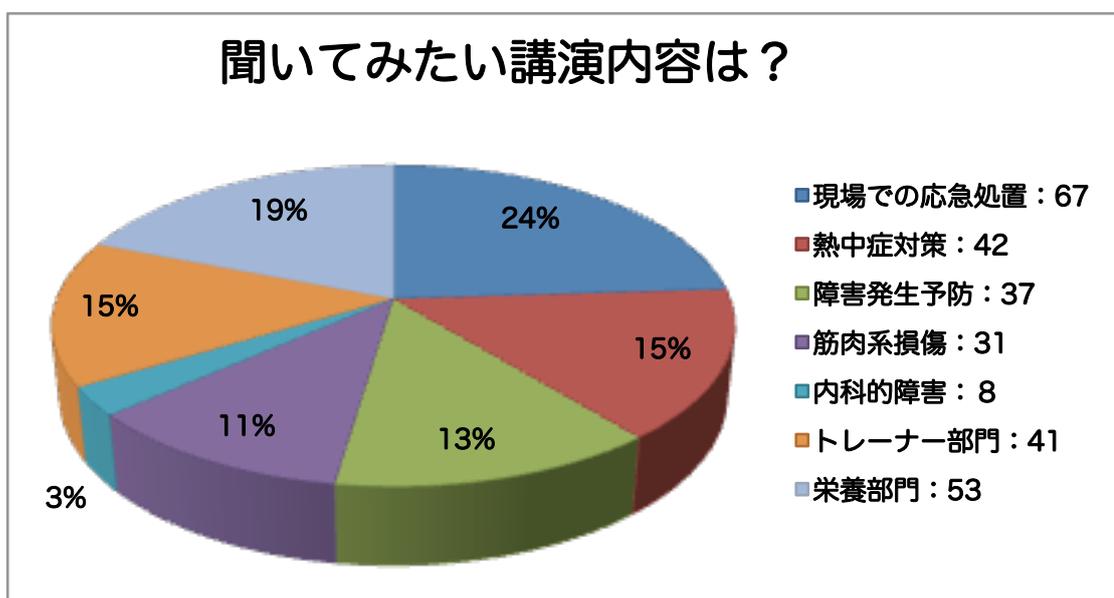
なしと回答されたのは88名（79.3%）でした。



### 【競技レベルについて】

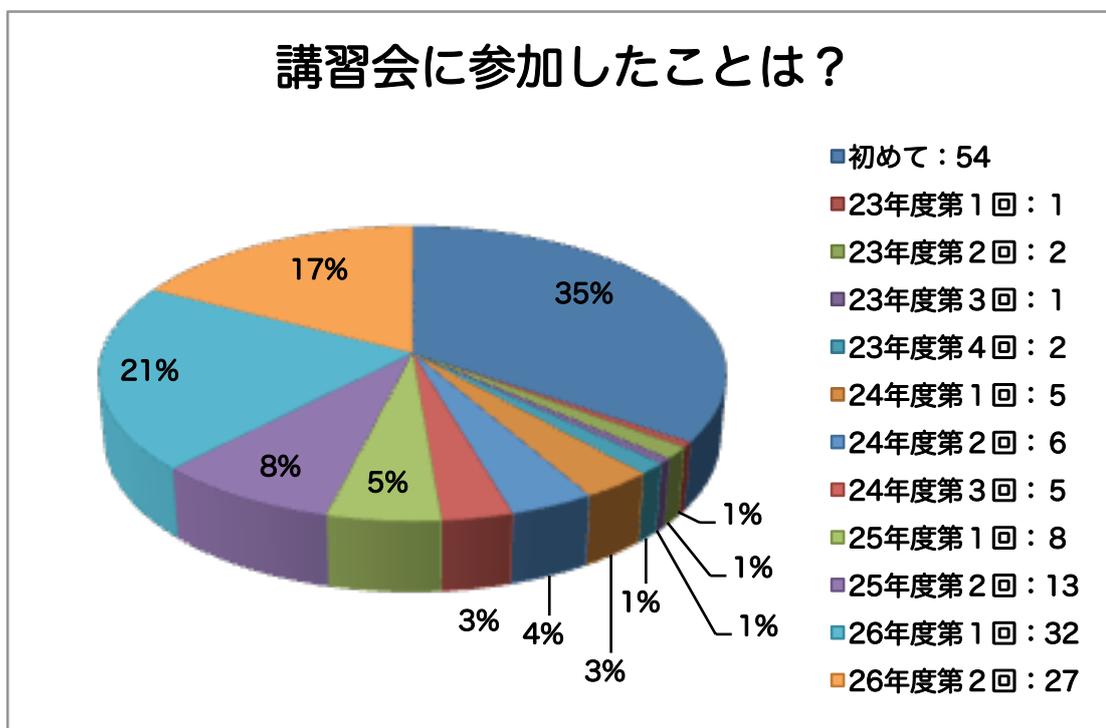


### 【聞いてみたい講演の内容はどれですか？（複数回答可です）】





【今までに神戸市サッカー協会医学講習会に参加したことはありますか？】



#### 【その他の要望】

- ・U-12サッカー選手における程よいトレーニング方法（体幹）など
- ・メンタル面
- ・予防に効果的なストレッチを紹介して頂きたい（具体的に毎日やるというオススメストレッチ）
- ・ストレッチ、体幹トレーニング
- ・本日のストレッチはわかりやすく、またすぐ実践できそうなので、ストレッチ講座みたいなものも知りたい
- ・足がつる、お腹（みぞおち）にボールがあたる、過呼吸などは、試合をみていてよくありました。自分自身の知識で対処しましたが、もし、こうしたらベストというのがあれば知っておきたい。

#### 4. 問題点および今後の課題

参加者は、平成23年度第1回が260名、第2回が150名、第3回が100名、第4回が10名、平成24年度第1回が180名、平成24年度第2回が150名、平成24年度第3回が100名、平成25年度第1回が162名、平成25年度第2回が151名、平成26年度第1回が133名、平成26年度第2回が144名と推移していますが、今回も117名と多くの人に参加していただきました。

競技レベル別でも、前回と同様にスポーツ少年団の選手、指導者、保護者が多く参加されており、65%を占めていました。



立場では、保護者の方が93%を占めていました。  
指導者の参加は少なく、4種の保護者の方が主な対象と固まりつつあります。

今回の参加者のうち、新規の参加者が54名（35%）となり、複数回連続して受講していただいている参加者が増えてきています。

今後、聞いてみたい講演内容についても、大体前回とほぼ同じアンケート結果となっていました。現場での応急処置、栄養部門、熱中症対策の順に希望されている人が多かったです。

障害予防を考慮したウォーミングアップ方法としては、日本サッカー協会でもービングプレパレーションという方法がアンダーの全カテゴリーで導入されようとしています。今年の秋頃にはDVDが作製される予定ですので、この講習会で取り上げて、拡散したいと考えています。

また、食物アレルギーのことや予防接種のことなど、メディカルチェックとして必要なことについても伝えていこうかと考えています。

次年度の第1回の神戸市サッカー協会医科学講習会は、平成27年6月6日（土）17時30分から19時40分を予定しています。

講演内容については、現場での応急処置と熱中症対策の講演を行う予定です。