

スポーツを頑張る学生を応援したい!

# 選手たちを支える 地域活動

## 善衆会病院

開設35年目を迎える善衆会病院は中核病院として地域の人々の健康を守り続けている。中でも地域貢献の一環として、高校の部活動をサポートし専門の資格を持つトレーナー派遣を開始。その第一弾として、今季の春高バレーで2年連続出場した前橋商業高校バレー部への取り組みを紹介したい。

中澤真弥=文 立川一光=写真

理学療法士・トレーナー

Tomoyoshi  
Takada

## 高田知義さん



取材当日、トレーナーとして前橋商業男子バレー部に派遣された(2列目左から)村田直彌さん、黒岩平さん、(1列目左から)太田陵介さん、高田知義さん



膝のスポーツ障害・外傷では国内でトップクラスの症例数を持つ善衆会病院。2018年の秋頃から地域に根差した取り組みとして、前橋商業高校バレー部のトレーナー派遣がスタートした。同病院に勤務する高田知義さんは理学療法士として日々、患者さんのリハビリに従事している。週に1回程度、専門職としての資格を生かし、選手たち一人ひとりに合わせたトレーニングメニューを考案。最終的にはバレーで必要な跳躍力を伸ばしていくことを目的としている。

「科学的根拠に基づいた観点から、身体の柔軟性を高め、パフォーマンスをより効果的にする方法を専門家としてサポートしていきたいです。高校生やスポーツに関わることが楽しいし、やりがいがあります。とにかく身体機能の変化が期待できるので、今後は楽しみです」と高田さん。

まずは大まかな機能訓練として全身の柔軟性を重点的に行っていく。技術的な練習はもちろんだが、柔軟性や身体の使い方が良くなればプレーにいい影響が出てくるという。

体育館内は男子バレー部の活気あふれる掛け声がコート内に響く。にぎやかな雰囲気の中、4人の理学療法士が参加し、選手たちのフィジカルチェックを行った。その

内容は柔軟性や筋力、体幹機能、跳躍力、敏捷性の5項目だ。全体的な身体機能を数値化していくため、弱点や強みなどが一目で見て理解できる。そのため意識しながらトレーニングを重ねていけるのだ。引き続きオフシーズンに2回目を計測し比較していくことで、個々のモチベーションにつながることも目的の一つとしている。

今後はメンタル面やコンディショニングなど細かな部分をサポートしていきたいという。また、成長中の選手たちの可能性を引き出し、見守る姿勢だ。

1年の草間瞬は「専門的な方のサポートがあるので、しっかり頑張ろうと気が引き締まります」と意気込みを語ってくれた。

また、小林潤監督は「ほかの競技にはトレーナーが入ってもらえたらという考えがありました。今回お話をいただけたときは、ぜひお願いしたいと思いました。選手からすると専門的な立場である方の助言は必要性が伝わるので、一人ひとりに自覚が出てきたのではないかと思います」と効果を期待している。

善衆会病院では、高齢者向けの健康体操などさまざまなイベントを行っている。だが対象者は高齢者だけでなく、その年代は幅広い。特にスポーツを行う若い世代の受診率は高く、大会前の練習によるケガで出場を断念し、やり切れない思いをしている選手は少なくない。手術後のリハビリを行う専門家としても心苦しい思いをしてきた。

「選手たちの成長を見ていきたいですね。地域に根差した関わりとして、スポーツの専門性を高くやっていきたいですし、このような活動が今後広がっていくことで、ケガの予防につながり、大会で思い切り自分の実力を発揮することができます」と高田さんはイキイキとした表情で語ってくれた。