

『メディカルサポート×SDGs

生涯スポーツを支援する』



キーワード

メディカルサポートSDGs・健康・生涯スポーツ・ボランティア活動・教育

○取り組んだきっかけ

身体およびこころの健康を保つための三要素は、適度な「運動」、「栄養・食生活」、そして心身の疲労回復と充実した人生を目指す「休養」とされています(厚生労働省、2007)。この健康づくりの三要素の中で、私たちは医療職としての立場から運動を中心とした活動によって得られる疾病予防と生きがいに着目してきました。



○具体的な内容

静岡県内で開催されるスポーツイベントの企画・運営の補助、チームサポートを2010年より参画しています。この支援活動は、対象年齢を幼児から高齢者までとし、競技レベルは一般からプロフェッショナルレベルまでを対象としています。競技はサッカー、バスケットボール、バレーボール、マラソン、トレイルランニングなど多岐にわたります。活動内容は参加者へのストレッチやマッサージなどのコンディショニングとテーピング、応急処置を主体とする救急対応、運動指導などの健康支援です。学生は、企画・運営の補助の他、フィールドでの理学療法士やスポーツトレーナーの補助として活動しています。

その一部として今回は、静岡県シニアサッカーフェスティバルの参加者(40歳～90歳代のアクティブシニア)へ自記式アンケート調査および選手ケア活動の検証を行っています。ボランティア活動による学生教育については、参加学生へのボランティア活動前後の学習状況に関するヒアリングと成績変化を検証しています。

○活動の目的

生涯スポーツの実施が健康維持・増進の一助となることは、多くの研究より支持されています。

こうした背景を基に、私たちは、スポーツイベントの参加者を対象に、医療職として支援することを目的とした「メディカルサポートSDGs」を、健康科学部の学生および卒業生と共に実践しています。そして、この活動では①参加者の健康状態、②ボランティア活動による学生教育の2つについて検証しています。

○期待される効果

生涯スポーツに参加するアクティブシニアでは、生活習慣病などが少ないことが予測され、競技によっては外傷などが多いことが推察されます。この結果の理解により、生涯スポーツの利点と欠点が抽出され、健康増進の方策だけでなく、欠点对策の検証の一步となることが考えられます。

さらに、この活動に参加する学生は、対象者の身体能力の理解や大規模イベントのメディカルサポートなどについて実践教育が得られています。そして、この学習効果には、学内での机上学習の動機付けも含め、非常に大きなステップとなっていることが推察されます。



#メディカルサポートSDGs

「生涯スポーツ」のもつ多角的な健康への影響力を生かし、その活動をメディカルサポートにより支援および活性化を行い、本邦の健康維持・増進に寄与すること

教員名: 栗田 泰成

所属学部・学科: 健康科学部

・静岡理学療法学科

職位: 准教授



連携先:

浜松医科大学健康社会医学講座・静岡県サッカー協会・静岡県シニアサッカー実行委員会・清水エスパルス・静岡マラソン実行委員会・藤枝市・藤枝トレランイベント実行委員会・エフエムしみず など