

私の投球障害防止活動

—キーワードはフォームと絆—

潤生会岩間整形外科

岩間 徹

現状、多くの少年野球リーグが存在し、野球障害の治療に関わる医療機関も様々です。そこで、継続的な障害防止活動を実施するために、まず、私は現場と医療機関でコンセンサスを得る事が必要と考え、そのための組織作りに努力してきました。そして、組織作りにおいて最も重要なポイントは組織の軸となる人間が共通したコンセプトを持つことであり、野球選手に対して愛情を注いで障害防止活動に望むことが不可欠と考えます。そこで今回、医療と現場が理想的な形で連携できた2つの組織を紹介し、そのもとで実施している野球障害防止活動について説明します。

横浜野球肘検診推進協議会について：横浜スポーツ医会と横浜市体育協会との絆から誕生しました。「少年野球選手の健康を守り、ケガや故障無く健やかに野球ができる環境づくりに協力すること」が目的です。医療サイド（神奈川県臨床整形外科医会、横浜スポーツ医会など）と現場サイド（横浜市体育協会、横浜市野球連盟学童部など）が連携し、肘専門外来を持つ病院と神奈川県理学療法士会がサポートする体制をとり、その活動内容は1. 肘検診の実施 2. 指導者講習会の開催 3. 少年野球の環境整備などです。そこで、今回は昨年度実施した横浜市一斉野球肘検診について説明します。

ポニーリーグ指導者育成委員会について：野球について勉強する会（演者世話人）とポニーリーグ（中学硬式野球）関東連盟の絆により結成されました。「指導者の資質と指導力の向上をはかり、選手の傷害予防と技術向上の体制を確立すること」を目的に、ポニーリーグ関東連盟理事、スポーツ医、PT、栄養士、トレーニングコーチなどから構成されています。活動内容は1. 指導者資格認定制度の実施、2 講習会の開催、3 大会中メディカルサポートの実施などですが、今回は野球界として画期的と言えるポニーリーグ指導者資格認定制度について説明します。

投球フォーム指導について：私が「投球フォーム指導」を指導者研修の必須項目と考える理由は、投球フォームが投球障害の要因の一つであるからです。そして投球フォームは子供達にとって先天的な能力ではなく、経験や指導により獲得や修正が可能な能力であるため、その指導は現場に限らず医療機関においても実施すべきと考えます。そこで今回、その具体的な方法として、私が指導者講習会などで紹介し、クリニックや現場で実施している独自の「イラストによる投球フォーム指導」について説明します。