

【群馬クレインサンダーズとの共同研究】

学童期におけるスポーツ傷害の発生原因と復帰時期に寄与する要因の検討

【どんな目的で、どんなことをしているの？】

本学理学療法学科では、群馬クレインサンダーズの掲げる「バスケットで群馬を熱くする」という理念に基づき、地域の子どもたちやユースチーム選手のフィジカル測定および怪我予防に関する研究を群馬クレインサンダーズとの共同研究として進めています。

特に、小学生から高校生にあたる学童期は、成長に伴い怪我が起こりやすい時期であり、怪我予防の取り組みが非常に重要です。また、怪我や病気にならないよう自らの身体や健康に関心を持ち、適切に管理する力をヘルスリテラシーと呼びますが、プロ選手の中でも怪我の少ない選手は、幼い頃から自分の身体に意識を向け、健康を主体的にマネジメントしている経験が多いと言われています。本取り組みを通じて、プロ選手を目指すユースチームの皆さんはもちろん、バスケットボールが大好きで大人になってからも長くバスケットボールやスポーツを楽しみたい方に向けて、自分の身体について知ること、怪我なく成長していけるような機会になればと考えています。

また、本学の在校生や卒業生の理学療法士も測定スタッフとして参加し、自身の研究活動や体験を通じた学びにつながる機会としても期待されています。今後も継続的に実施していく予定です。

1. 測定実施日について

実施日：11月9日（日） 13時～15時30分

場所：体育棟 アリーナおよびアリーナ横ホール

2. 参加者

- ・群馬クレインサンダーズ U15 チーム（年齢11～15歳）19名
 - ・群馬クレインサンダーズ U15 コーチ4名（ヘッドコーチ、アシスタントコーチ、トレーナー）
 - ・群馬パース大学 理学療法学科 卒業生 2名（理学療法士）
 - ・群馬パース大学 理学療法学科 3年生 2名
-

3. 測定項目

目的：

バスケットボールで怪我をしないために、どのような身体づくりが必要かを調べること。

また、怪我から復帰する際に目安となる身体機能を確認すること。

各ブース

ブースA：基本的運動能力の測定

（運動の基礎となる筋力や関節の動き等のフィジカルチェックを行います）

- 筋力測定（膝を伸ばす筋力）
 - 関節可動域測定（足関節の曲げ伸ばしができる角度）
 - 整形外科的テスト（足関節の靭帯の状態を確認）
-

ブース B：体組成の測定

(筋肉量や体脂肪率など、身体の内部バランスを評価し、部位別の筋肉のつき方も確認します)

- InBody：筋肉量、脂肪量、水分量、部位別筋肉量
- 身長、体重、座高

ブース C：動作分析

(怪我をしないための“動き方”ができていないかをチェックします)

- ジャンプ動作を前方および側方から撮影し、左右差や着地の偏りなどを確認
- Drop Jump：台から自然落下後に前方へジャンプ
- Single leg jump：片脚立ちから前方へジャンプ

4. 測定の風景

