



## 会員16名が救護・ケア活動に参加

マラソンフェスティバルナゴヤ・愛知



今年も主催者のひとつである中日新聞社の依頼により、底冷えし黄砂舞う曇天の3月10日(日)、マラソンフェスティバルナゴヤ・愛知、「名古屋シティマラソン2013」ハーフの部の参加者に対する救護・ケア活動に本会会員16名が参加した。

マラソンフェスティバルナゴヤ・愛知は、名古屋市で開催している陸上競技(ロードレース)大会。主催はマラソンフェスティバルナゴヤ・愛知実行委員会である。2012年より従来の名古屋国際女子マラソンと名古屋シティマラソンを統合する形で開始された。

イベントは、女性限定のフルマラソン大会である「名古屋ウィメンズマラソン」をメインに、ハーフマラソン・10km走・ファミリージョギングの「名古屋シティマラソン」、マラソン関連のウェアや商品などの展示を行う「マラソン EXPO」等で構成される。開催時期は従来の名古屋国際女子マラソンと同じ3月上旬に設定され今年で2年目を迎えた。主催者は、「名古屋ウィメンズマラソンは「世界最大の女子マラソン」を謳い文句にしており、実際今回の最終参加者数(16,447名)は2012年のギネス世界記録を更新している。

会員は午前8時、フィニッシュ地点である白川公園南側に集合、小林事業部長の主導にて、指定された場所にテントや簡易ベッド等の資材を搬入し設営を開始。佐久間会長の「大変ですが今日一日よろしくお願致します」との挨拶に続き、全員で活動準備や打ち合わせ等を行なった。

9時50分、早めの昼食を済ませ、午前11時45分頃から午後2時過ぎにわたり154名(うち女性15名)に対し柔整手技、ストレッチ、アイシング、テーピング等を施行した。主訴は圧倒的に下肢症状が多い傾向にあった。急な降雨による早めの撤収にて、午後2時30分頃には後片付けも無事終了し解散となった。

## 会館で初の避難訓練を実施

3月17日(日)、機能訓練指導員実務研修会終了直後、名古屋市消防局の指導に基づき、初の避難訓練が行われた。今回は、満杯の講堂からどれだけの時間で全員が会館外へ退去できるかを把握する目的で実施され、小林事業部長の誘導にて、約300名が階段避難経路を冷静、安全、迅速に避難移動した。所要時間は6分59秒であった。



## 第一回柔道救護講習会



3月17日(日)連盟総会・共済会総会に続き午後2時5分より3時まで、第1回柔道救護講習会が開催され69名の会員が参加した。

近年会員がスポーツ現場で救護活動を行なう機会が増えており、また中学校柔道必修化に伴う頭部外傷についてよりの確な対応が求められるようになったため、柔道部と事業部で救護・頭部外傷を含めた初めての講習会を企画・開催することになった。講師を全日本柔道連盟公認Aライセンス審判員である相羽秀昭(半田・五段)と中村太(大曾根・六段)の2会員が務め、試合中に選手が負傷した場合の棄権に関する取り決めや、救護者としての対処法などを、長年の選手・審判経験に基づき解説した。

## より具体的な研究デザインとDTトレーニングを提案

第24回機能訓練実務研修会(第7回フォローアップ講習会)

3月17日(日)午前10時から、第24回機能訓練指導員実務研修会(第7回介護予防・機能訓練指導員フォローアップ講習会)が以下の題目で開催され、勤務柔道整復師を含む293名もの参加者が熱心に聴講した。近年この講習会参加者は非常に多く、フォローアップ講習が認定要件に必須であることもあるが、県下の市町での参入が進み、知識習得の必要性を実感している会員が増えたことがその理由と考えられる。

### I. 「運動器の機能向上訓練の成果 - 名古屋市介護予防事業実施報告(第2報) -」 長谷川貴一 機能訓練研修委員会アドバイザー



昨年のフォローアップ講習会で結果の概要を報告した、名古屋市会員事業所における新規利用者の、訓練前後の心身機能の変化を再度提示し、評価項目同士の相関などを中心に詳解した。

十分な転倒予防対策には転倒に関わる筋や機能の低下を詳細に評価し、それに基づいた選択的かつ重点的な訓練を行なうと同時に、利用者には訓練の効果を説明し転倒予防の知識を周知させることや、認知症対策として自宅での訓練に曜日や日付ごとに特定の訓練を処方することが提案された。また運動器の訓練の、運動器以外の機能向上に対する有効性や相関をさらに検証し、その根拠や相関のメカニズムを明らかにできれば、柔道整復師が行なう訓練の適用範囲が広がる可能性がある。そのためには、より具体的な目的を定めた研究デザインを構築していく必要があると結論づけた。

### II. 「デュアルタスク(二重課題)と転倒予防」

加藤博史 介護部員・機能訓練研修委員会委員

デュアルタスク(DT・二重課題)とは、ふたつのことを同時に行なうことである。高齢者はこのデュアルタスクを遂行する能力が低下し、歩行中にもうひとつの課題を与えられると、より転倒しやすくなるといわれている。このデュアルタスクがバランス能力や歩行時間を低下させる事例を論文などからいくつか紹介し、実際に座位ステップ下でのしりとりなどを行なわせ、参加者全員にデュアルタスク下での運動能力の低下を実感してもらった。

さらにデュアルタスクそのものは転倒リスクを高めるが、デュアルタスクを利用したトレーニングは転倒予防の効果を高めることを文献から紹介し、われわれ指導者は、まずは歩行動作の最中は歩行だけに集中するような指導が必要だと述べるとともに、転倒予防効果を高めるためにデュアルタスクを利用したトレーニングを研究し導入していったらどうかと提案した。



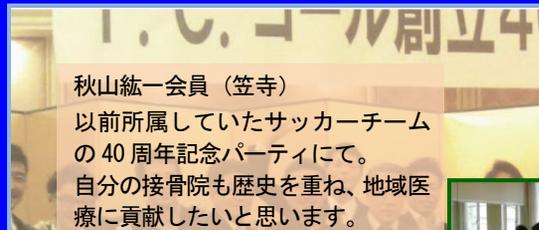
北海道・小樽運河にて  
→加藤常弘会員(豊橋)



太郎良 卓会員(大曾根) → 滋賀県・湖東三山にて。九州出身で、行ったことがないところばかりなので色々な所に行くのが新鮮で楽しいです。



↑長谷川智一 会員(一宮)



秋山紘一 会員(笠寺) 以前所属していたサッカーチームの40周年記念パーティにて。自分の接骨院も歴史を重ね、地域医療に貢献したいと思います。

↓堀部政揮 会員(中村)

土曜日を中心に剛柔流の空手を子供たちに教え、自分自身も稽古に励んでいます。



↑深谷高治 会員(鶴舞)



snapshot

新入会員  
H24.8.2~  
H25.1.16



↑山本英典 会員(笠寺)