

未来への貢献—これからのスポーツ医学—

増島 篤*

●1) スポーツ整形外科的メディカルチェック

1985年、本学会第2代理事長である中嶋寛之先生が「スポーツ整形外科的メディカルチェック」の概念を提唱された¹⁾(表1)。

それ以前のメディカルチェックといえば、主として心臓循環器系を中心とする内科領域のものであった。しかし、スポーツが骨、関節、筋肉、腱などの運動器を介する動作によるものであるだけに、スポーツ外傷やスポーツによる慢性の障害の予防には、これら運動器のチェックも欠かせないものである。チェックの進め方として、1) 器官(関節、筋肉、腱、骨)によるチェック、2) 個人を総体的にみた場合のチェックとに分け、個人のチェックでは、四肢のアライメント、全身関節弛緩性のチェックの重要性が示された。

この概念は、1988年に開催されたソウルオリンピックに参加する日本代表選手団の事前のメディカルチェックに反映された。1986年に開催されたソウルアジア大会以後、オリンピック選手に対する継続的なメディカルサポートの重要性が認識され、日本オリンピック委員会による強化指定選手制度が開始された。この制度により、オリンピック候補選手には年2回の定期的なメディカルチェックが行われ、内科チェックとともに、整形外科的チェックも必須項目となった。オリンピック候補選手に対する定期的なメディカルチェックは日本体育協会スポーツ診療所から、2001年に国立スポーツ科学センターに引き継がれたが、そのチェックチャートの基本は現在に至るまで変わっていない。

またこの概念の後半部分、「機能的あるいは器質的に不十分な場合にはその運動器に負担とならないような範囲で、あるいは負担とならないような運動内容を指示するためのチェックでもある」は近年のロコモティブシンドロームの概念やロコモ対策などにも引き継がれている。

●2) 日本臨床スポーツ医学会学術委員会整形外科部会の活動

2016年4月、日本臨床スポーツ医学会学術委員会整形外科部会から「子供の運動をスポーツ医学の立場から考える～小・中学校の身体活動が運動器に与える効果～」という小冊子を発行した²⁾(図1)。この小冊子では子供の運動やスポーツの現状と問題点、対策の方向性を示し、科学的根拠に基づいた健全な骨の育成を中心とした身体活動の充実を提案した。競技スポーツなど「スポーツをしすぎる子供たち」の間では、使いすぎ症候群、疲労骨折といったスポーツ医学的な問題も生じているが、ここでは「運動やスポーツが嫌いな子供、運動やスポーツをしない子供」を対象として健康スポーツ医学の立場から問題提起を行った。

2018年4月、小学校学習指導要領が改訂され、体育編(第3学年および第4学年)の保健領域「体の発育・発達」には『児童が運動について、生涯を通じて骨や筋肉などを丈夫にする効果が期待されることの知識について習得し、跳ぶ、はねるなどの動きで構成される運動を行うなど、運動と健康との関連について具体的な考えを持てるように配慮することが大切である』との記載がある。日本臨床スポーツ医学会からの提言が小学校の教育現場に反映されたものと理解している³⁾。

* セントマリアフューチャークリニック

表1 スポーツ整形外科的メディカルチェック

スポーツ整形外科的なメディカルチェックとは運動器がスポーツ活動をするために十分な機能を果たしているかどうかをチェックし、外傷・障害の予防に役立たせようというのが目的である。また、機能的あるいは器質的に不十分な場合にはその運動器に負担とならないような範囲で、あるいは負担とならないような運動内容を指示するためのチェックでもある。
(中嶋寛之, 1985)

●3) 日本臨床スポーツ医学会設立の背景

2005年、本学会初代理事長である黒田善雄先生は日本臨床スポーツ医学会設立の背景を次のように述べられている。

「すべての社会事象にはこれが起こるべき、諸々の理由と必然性が存在するものと考え、われわれは、このことを常に鋭敏に感知し、考え、行動していかなければならない。社会の変化に伴う、人々の有聲無聲の要請に正しく応えることが必要である。ヒトは動く生物である。身体運動はその生命の維持、健康の維持に不可欠なものである。このようなヒト、人間にとって身体運動が最も重要なものであるという考えは、いままでのわが国の近代医学に欠落していた部分である。スポーツ医学こそが、未来の医学(科学)の中心となるべき領域であろう。本学会の会員の全員がこのことに自信と信念をもって取り組み、進歩していかなければならない。スポーツ医学は究極的な健康医学(科学)である。」⁴⁾

超高齢社会となったわが国では高齢者・子供たちへの健康サポートとして「運動・スポーツ」が必須項目となっている。「運動・スポーツ」は人生



図1 子供の運動をスポーツ医学の立場から考える

を楽しむものであるとともに、すべての国民が未来を生き抜くために必要不可欠であるとの共通認識がスポーツ医学にたずさわるものに求められている。

文 献

- 1) 中嶋寛之. スポーツ整形外科的メディカルチェック. 臨床スポーツ医学. 1985; 2: 735-740.
- 2) 日本臨床スポーツ医学会学術委員会・整形外科部会. 子供の運動をスポーツ医学の立場から考える～小・中学校の身体活動が運動器に与える効果～ 2016 日本臨床スポーツ医学会ホームページよりダウンロード可.
- 3) 文部科学省. 小学校学習指導要領(平成29年告示)解説 体育編. 初版. 東京: 東洋館出版社; 111, 2018. 文部科学省ホームページよりダウンロード可.
- 4) 黒田善雄. 日本臨床スポーツ医学会設立の背景. 日本臨床スポーツ医学会誌. 2005; 13 (Suppl): 4-5.