

健康スポーツナース（スポーツナース）が なぜ必要か

帖佐悦男*

●はじめに

宮崎大学は行政や産業界と連携し、スポーツ選手・スポーツ愛好家・地域住民を医学の面から支える「スポーツメディカルサポートシステムの構築」[「ロコモザワールド宮崎」]を展開してきた。これらの事業の実施のためには産官学連携に加え、メディカルの面では多職種連携は必要不可欠である。中でも看護師は、運動・スポーツをとおして健康をトータルにサポートしている。そのため「健康スポーツナース（スポーツナース）」を 2009 年に提唱した。その後、「日本健康運動看護学会：日本健康スポーツ学会」を宮崎大学医学部看護学科、附属病院看護部や宮崎県看護協会が中心となり 2010 年に設立した。健康スポーツナースは、「発育・発達」を意図した運動機能評価、「健康づくり」としての運動指導、「健康回復」への看護介入やスポーツイベントへの同行・支援を行うことを目的としている。健康スポーツナース（スポーツナース）の役割や設立までの概略を中心に概説する。

●健康スポーツナース（スポーツナース） 提唱の経緯

宮崎県では、医師を中心に様々な運動、スポーツ（健康スポーツ、競技スポーツや障がい者スポーツなど）をサポートしてきたが、そのサポートシステムに限界を感じていた。実際、十分なサポートには医師だけでなく、療法士、トレーナー、看

護師、栄養士、薬剤師など各専門分野のサポートおよび連携が必要である（図 1）。しかし、現状の課題である医師やメディカルスタッフのマンパワー不足に加え、スタッフ間の連携が十分ではなかった。スポーツメディカルサポートシステムの構築（図 2）により連携は進んだが、マンパワーの問題は解消されていなかった。

2009 年に新たに提唱した健康スポーツナース（スポーツナース）とは、看護師の立場から運動・スポーツをとおして健康をトータルにサポートする看護師のことである¹⁻⁵⁾。具体的には、看護師の立場からスポーツ選手・愛好家・地域住民を対象に、健康管理、スポーツ外傷・障害の初期対応・予防やロコモティブシンドローム（ロコモ）やメタボリックシンドロームの予防などに取り組む。

●なぜ健康スポーツナース（スポーツナース）が必要か

看護師に着目した理由は、看護師自身に、健康・運動・スポーツに関心のある人が多く、日本全国いたる所で活躍しているからである。看護職という専門職であることからスポーツ大会の現場への

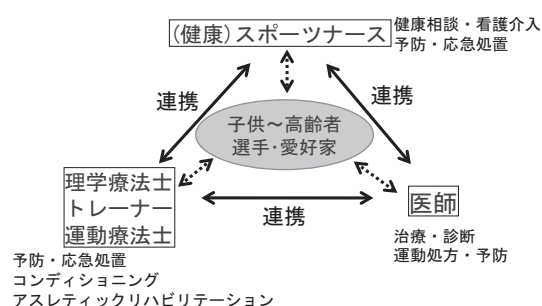


図 1 健康・運動・スポーツにおけるサポートシステム

* 宮崎大学医学部附属病院コミュニティ・メディカルセンター

Corresponding author: 帖佐悦男 (chosa@med.miyazaki-u.ac.jp)

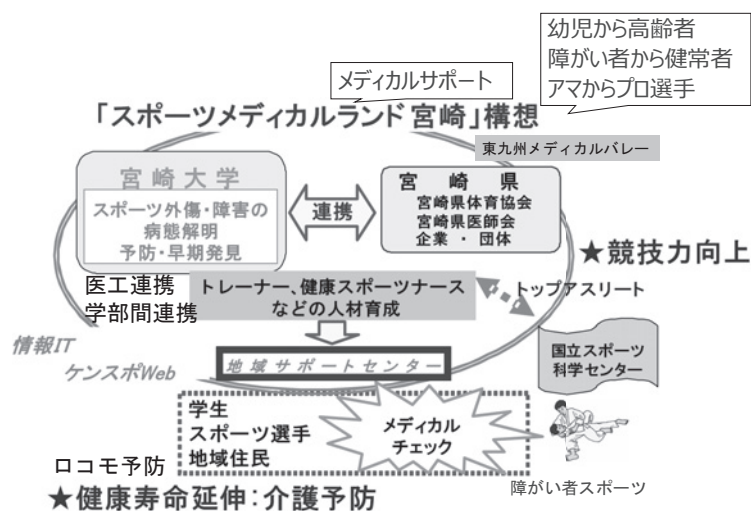


図2 「スポーツメディカルランド宮崎」構想：文部科学省・連携融合事業：スポーツメディカルサポートシステムの構築



図3 健康スポーツナースの活動

- a, b トライアスロン・マラソン大会での対応
- c スポーツクラブにおける運動器検診
- d 学校における運動器検診
- e 特定健診におけるロコモ検診
- f ロコモ教室における健康相談

派遣要請も多く、地域住民からも競技会の救護のみでなく運動指導、健康相談にきて欲しいという期待が寄せられている(図3)。つまり、健康スポーツナースは全般的かつ多様な面から運動・スポーツや健康をサポートでき地域に最も密着した専門

職である。

●健康スポーツナース制度の設立

日本健康運動看護学会 (<https://jasfn.jp/>) (2010年10月発足, 表1)^{1,4)}。または宮崎大学医学部附属

表 1 健康スポーツナースとは（日本健康運動看護学会）

- ・「発育・発達」を意図し、運動機能評価を行う。
- ・「健康づくり」を意図した運動指導を行う。
- ・「健康回復」を意図し、運動を用いた看護介入を行う。
- ・地域のスポーツイベントへの同行・支援を行う。
- ・生涯、運動を通じた健康づくりを行う。

表 2 院内健康スポーツナースの役割（宮崎大学医学部附属病院）

- ・運動器疾患における知識を活用し、運動器検診に協力する。
- ・地域のスポーツイベントで、帯同看護師として救護活動を行う。
- ・院内の患者の転倒予防などに関する活動を行う。
- ・ロコモティブシンドローム予防に対する啓発活動を行う。
- ・養成研修のアシスタントとして、健康スポーツナースを目指す看護師を支援する。

病院看護部 (<http://www.med.miyazaki-u.ac.jp/home/ns/specialist/authorized-nurse/>) (2009 年 12 月発足, 表 2)^{3,5)} が実施しているカリキュラムを修了することで『宮大健康スポーツナース』を取得可能である^{2,5)}。スポーツドクターの資格も数種類あり、それぞれ特徴があるのと同様に健康スポーツナースにも 2 つの資格がある。健康運動看護学会の健康スポーツナースは健康スポーツを中心に学問的側面から普及・実践活動をしており、一方、大学病院の院内認定健康スポーツナースは看護、メディカルチェックやフィールドでの救護活動を中心に実施している。

●おわりに

運動やスポーツの分野において、より専門的知識を修得した健康スポーツナースが運動やスポーツの現場に関わることで、選手や参加者が安心して競技や応援ができるのみでなく、健全な運動器の発育・発達、運動器の障害の早期発見・予防に貢献することで、スポーツ外傷・障害、生活習慣病、ロコモティブシンドロームなどの予防・治療につながると考えている。健康スポーツナース（スポーツナース）制度が、日本健康運動看護学会と

日本臨床スポーツ医学会が連携し新たな認定資格へと発展することで、より安全なスポーツイベントの実施や国民の健康が運動・スポーツを通して維持・増進することを祈念する。

文 献

- 1) 鶴田来美. 健康運動看護師（通称：健康スポーツナース）の役割. 臨床スポーツ医学. 2017; 34: 304-306.
- 2) 藤浦まなみ, 鶴田来美, 河原勝博, 他. 健康スポーツナースを導入した宮崎方式学校運動器検診の有用性. 日本臨床スポーツ医学会誌. 2014; 22: S118.
- 3) Yamaguchi N, Chosa E, Yamamoto K, et al. Screening for musculoskeletal problems in Japanese schoolchildren: a cross-sectional study nested in a cohort. Public Health. 2016; 139: 189-197.
- 4) 蒲原真澄, 塩満智子, 長谷川珠代, 他. 中高年の体力・体格とロコモティブシンドロームとの関係. 南九州看護研究誌. 2012; 10: 29-36.
- 5) 福崎崇宏. 競技志向型運動をサポートする健康スポーツナースの役割. 保健指導リソースガイド (2017 年 5 月 2 日). 入手先: <http://tokuteikenshin-hokensidou.jp/news/2017/006109.php>.