

3. ラグビーにおける外傷・障害予防の 取り組み

田島卓也^{*1,2,3}, 中村明彦^{*1}

●はじめに

ラグビーはコリジョンスポーツであり、種々の外傷・障害が発生する。国際統括団体である World Rugby は Player Welfare を掲げて選手の安全対策について啓発している、日本ラグビーフットボール協会 (JRFU) でもラグビーにおける外傷・障害に対する種々の安全対策を講じて実施してきた。本稿では JRFU の推進する安全対策について概説する。

●JRFU による安全対策

①安全対策推進講習会の実施

JRFU では安全対策委員会を中心に年 1 回の安全対策推進講習会を実施している¹⁾。安全に関する最新情報や対策について理解し、チームの安全対策を強化すること、ならびにコーチの役割について理解を深め、安全な練習方法の知識を身に着けること、を目的としている。事前の e-learning に加えて 90 分の講義と質疑応答で構成され、現在は対面+専用システムでのオンラインで開催されている。講習会の受講とアンケート回答をもって受講終了と規定されており、JRFU のチーム登録に必須の事項となっている。受講対象者はチーム責任者の他にコーチ、スタッフ、選手、保護者なども受講可能である。チーム責任者は期日までに受講しないとチーム登録不可となる。

②Safety Assistant (SA) 制度

JRFU では独自の安全対策スタッフとして 2012 年より SA 制度を設けている²⁾。試合中の「競技者の安全、試合中における負傷などに関する迅速な対応、試合の円滑化」を意識して競技区域内に入れるスタッフを制度化した内容であり、JRFU もしくは都道府県ラグビーフットボール協会でも SA 認定講習会を開催している。15 才以上 (中学生は不可) で受講可能であり、資格の有効期限は 4 年間としている。ラグビーのルールを理解し、試合の流れを推察できるひとが対象であり、JRFU 所属・登録チームには 1 名以上の SA 配備が義務となっている。

③脳振盪に対する段階的復帰プログラム (GRTP)

ラグビーにおいてはエリートレベル・コミュニティレベルの相違に関わらず脳振盪対策が重要である。エリートレベルに対しては Head Injury Assessment (HIA)、コミュニティレベルに対しては Recognize & Remove という評価・対応方法が設定されており、脳振盪もしくは脳振盪疑いの選手は試合から退場する。退場した選手は GRTP を経て復帰を目指す。JRFU では「エリートレベル」「高校生・高専生を除く 18 才以上のコミュニティレベル (大学/社会人/クラブチーム)」「高校・高専および中学生以下のカテゴリー」で各々異なるプロトコルを策定している¹⁾。HIA が適用されるエリートレベルにおいては脳振盪コンサルタントのチェックの元に最短で 7 日目に復帰可能であるが、HIA-3 陽性や脳振盪の既往 (脳振盪の受傷が過去 3 ヶ月以内にあった/脳振盪の受傷が過去 1 年間で 3 回以上あった/脳振盪の受傷がラグビー競技を始めてから 5 回以上あった/衝撃によって脳

*1 日本ラグビーフットボール協会メディカル委員会

*2 宮崎大学医学部整形外科

*3 宮崎大学医学部スポーツメディカルセンター

Corresponding author: 田島卓也 (ttajima@med.miyazaki-u.ac.jp)

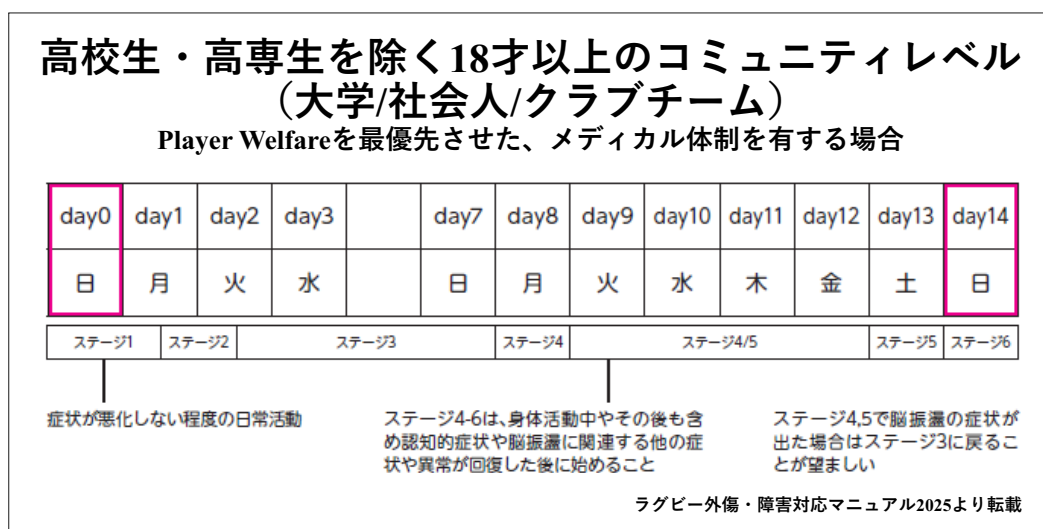


図1 高校生・高専生を除く18才以上のコミュニティレベル(大学/社会人/クラブチーム)の脳振盪からの段階的復帰プログラム。Player Welfareを最優先させたメディカル体制を有している場合



図2 高校生・高専生の段階的復帰プログラム

振盪の発症閾値が低下した(医師の指摘による)/脳振盪を起こし心理的な問題を合併した/過去に脳振盪を起こし、回復に21日以上かかった)がある場合には「最低12日間は休養しなければならない」と定めている。「高校生・高専生を除く18才以上のコミュニティレベル(大学/社会人/クラブチーム)」においては、Player Welfareを最優先としたメディカル体制を有しているチームの管理のもとに、脳振盪の既往のない選手に限り、一定の項目(以下3項目に当てはまる場合:脳振盪の既往歴のない選手/チーム内でSCAT5/6のベースラインデータがあること/脳振盪受傷後36-48時間後にSCAT5/6を実施し、ベースラインデータより悪化がないこと)を満たせば1週間のレストと1週間のGRTPの最短14日で復帰可能、それ以外の選手は2週間のレストと1週間のGRTP

で最低21日後の復帰と規定している(図1)。また、「高校・高専および中学生以下のカテゴリー」においては、高校生・高専生は最短3週間後(図2)、中学生以下は最短23日後の復帰(図3)と策定している。なお、脳振盪からの復帰に際しては必ず医師の診察と復帰証明書の提出が必須となっている。

④外傷・障害マニュアル

JRFUでは安全対策について、指導者をはじめとするラグビー関係者が正しい知識を持ち、かつ正しい処置法を身につけておく必要から、「ラグビー外傷・障害対応マニュアル」を発行している¹⁾。幅広い年代にもわかりやすく実践的な内容となっており、Emergency Action Planから現場での初期対応、各種外傷、内科的疾患や感染症なども網羅している。

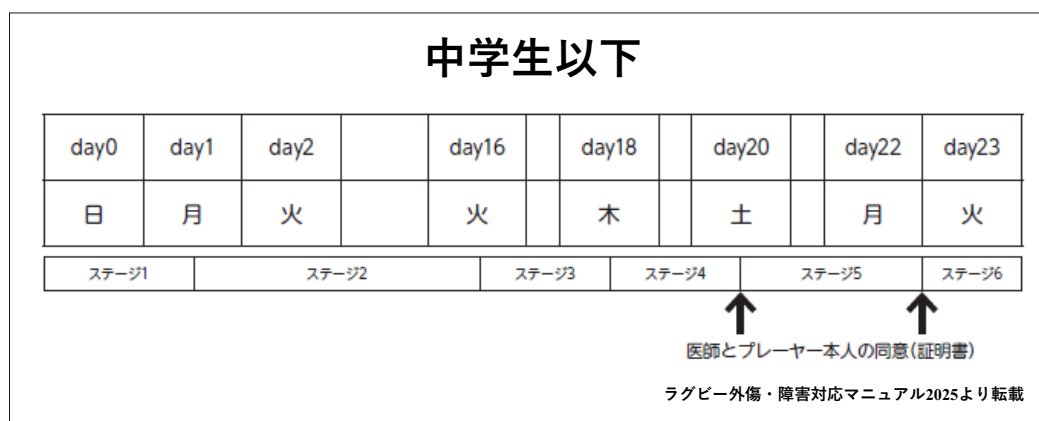


図 3 中学生以下の段階的復帰プログラム

●最後に

JRFU では Player Welfare の元にラグビーフットボール競技における種々の外傷・障害対策を講じている。これらの取り組みが全国のプレイヤーおよび関係者に浸透して、安全安心な競技環境の整備と外傷障害予防に寄与できるように今後も継

続して発信していきたい。

文 献

- 1) 入手先：
<https://www.jrfuplayerwelfare.com/>
- 2) 日本ラグビーフットボール協会. セーフティアシスタント手帳. 2012.