

第20回津山加茂郷フルマラソン全国大会・ 第1回スポーツ鍼マッサージケアステーション開設の報告 (医療ボランティア)

報告者 (社)岡山県鍼灸師会副会長 運営実行委員長・トータルマネジャー 木多 義則

日 時／平成24年4月15日(日) 午前8時～午後4時
場 所／津山市加茂町スポーツセンター総合グラウンド
スタッフ／ケアスタッフ27名、学生スタッフ16名



本会は、平成24年度公益社団法人移行に向けての公益事業として、津山加茂郷フルマラソン全国大会実行委員会からの強い依頼に応え、この大会にスポーツ鍼マッサージケアステーション開設することを決定しました。

共催の岡山県スポーツ鍼トレーナー協会は平成2年に(社)全日本鍼灸学会岡山地方会の会員で設立し、「津山国際交流車いす駅伝競走大会」、「美咲町柵原星の里マラソン大会」、「晴れの国おかやま国体」等数々のスポーツイベント会場で医療ボランティアを実施してきました。

今回初参加のスタッフのために3月18日「事前トレーナーセミナー」を開催し、29名の参加がありました。内容は「オリエンテーション」「ケアスペースマニュアルの説明」「スポーツ鍼管鍼・スポーツマッサージ・テーピング実技指導」を行いました。



この大会は、岡山県北唯一のフルマラソンで、緑豊かな山間・阿波地区を折り返す42.195kmの行程で、年齢・男女別で競うフルマラソン部門の参加者は1545人、ミニマラソン部門の4.2195kmには425人が出場。午前9時より開会式があり、フルマラソンは午前10時スタートでした。

コースの特徴は、折り返しまでの往路は登りが続き、復路は下って引き返すハードさです。

ただ住民が私設給水所を設け、おむすびやお好み焼き、果物などを振る舞うエイドの多さと手づくりの運営が人気で、選手は温かいもてなしを受けながら新緑と清流が彩る春の作州路をステージに健脚を競います。

大会当日は曇り時々晴れ、絶好のマラソン日和となり、午前8時に集合した43名のスタッフはテニスコートに張った全天候型テントにポータブルベット10台、治療用具等を手際良く配置しました。続いてミーティングの開始、トータルマネージャーよりスタッフの役割分担の発表、テントリーダーによる注意事項の確認等周知徹底が図られました。

事前案内の効果でステーション準備中に行列ができ、指定時間を前倒して施術を開始しました。

テーピングは競技前に希望される選手が多く、マッサージは競技前後のケアとして。鍼施術は痛みを伴った部位に治療として利用される方が多いように見受けられます。

施術部位では大腿部、下腿部、膝関節部、腰部、足関節部、アキレス腱部、踵部等のマラソン特有の足のケアが多かったようです。



一人でも多くのスポーツ競技選手にスポーツ鍼マッサージを体験してもらいたいと開設したケアステーションには、レース前62名、レース後106名、延べ168名の利用者がありました。

選手の出走後は休息タイムとなり、テントリーダーによるプチセミナーや地元の物産コーナーに立ち寄りして舌鼓を打ちました。

フルマラソン出場選手がゴールしてからは次第に忙しくなり、痙攣を起こしている選手や疲労困憊の選手が多く訪れ、テントブースだけでは対応仕切れず、屋外にストレッチマットを敷き施術を行いました。

初参加のスタッフは、治療室とは勝手が違い戸惑っていましたが、ケアリーダーの適切なアドバイスを受け、競技直後の手当は大変参考になったようです。殆どのスタッフが「良い体験をした。是非次回も参加したい」と言っていました。

受療者からの礼状やアンケートの集計、ケアスタッフ、学生の感想文はメールマガジンで配信致します。ご期待ください。

スタッフの皆様、朝早くからご参加ありがとうございました。お疲れ様でした。



参加者の声



今回初めてマラソンのケアスタッフとして参加させて頂き、痙攣の方とかの話は講習会や日タトレナー活動をされている先生方からお話を聞いたことはありましたが、実際にスポーツの現場で脱水による痙攣を見るのは初めてでした。初めて見る事ばかりで他の先生に指示されたことを行う事しか出来ませんでした。とても良い経験をすることが出来ました。今後もこのような活動に積極的に参加していきたいと思っておりますので宜しくお願い致します。

(N・I)

2年ぶりに、ケアスタッフとして参加しました。

日ごろではなかなか見ることのできない脱水症からくる筋痙攣や、テントリーダーによるシンスプリントのメカニズム、膝関節の理学的検査法など、改めて勉強になりました。

また気になったこととして、ベットまでの選手の誘導が中途半端だったように感じました。

短時間で施術効果を得るのはとても難しいですが、日ごろの診療に役立つと思うので、また参加させていただきたいと思っております。

(A・M)

津山加茂郷フルマラソン大会ケアセンターに初めてボランティアとして参加した。今回は受付の業務を担当し、マラソンを走る前と完走後の選手の表情、体調の違いが明らかにわかり、少しでも痛みなどがとれればいいなと感じた。選手の状態や施術時間を考えながらスムーズに施術をしていくことは簡単そうでとても難しいと感じることができた。またこの様な機会があれば参加したいと思った。

(R・I)

津山加茂郷フルマラソン大会にて受付をしていると、様々な症状を訴える患者さんがこられた。マラソン前はテーピングを希望される方が多く、先生方が何の迷いなくテーピングをされており、私も、もっとテーピングの仕方を勉強して、選手のサポートをしてあげたいと感じた。マラソン後には下肢の筋が痙攣している人や下半身の痛みを訴える人が多かった。先生ひとりひとりの施術の方法は違うと思うが、患者さんの体を楽にさせてあげたいという気持ちで治療されているのが伝わってきた。治療院の中だけにとどまるのではなく、実際の現場に出ることで普段あまりみることのできない症例に出会うこともできると感じた。今後もこのような活動に積極的に参加し、見ることから始め、知識や技術を修得できれば良いと思った。

(M・K)

