

## 第1回愛宕山スポーツセミナー開催される

平成21年1月24日(土)、慈恵医大西講堂において、スポーツ・ウェルネスクリニック主催のもと、「野球における成長期のスポーツ障害」と題した第1回愛宕山スポーツセミナーが開催された。当日は、野球に勤しむ青少年や指導者、また、理学療法士やトレーナーなど学外から約50名が参加した。内容は、投球肩障害の病態とその治療(舟崎)、投球肘障害の病態とその治療(岩間)、野球に必要なストレッチの実践(石井)、正しい投球フォーム(米田)からなり、それぞれ医学的かつ実践的な講演を行い、参加者は皆、真剣な眼差しで聞き入っていた。フロアからの質問も多く、終了後も各講師が参加者からの質問に応じていた。

本セミナーは、スポーツ選手やその指導者、スポーツ愛好家、さらにお年寄りや医学生なども対象に広め、スポーツ医学の知識を深めることによって傷害発生の予防のみならず、より効率的なトレーニングやコンディショニングづくり、さらには健康増進にも役立てていただくという主旨のもとに企画されたもので、次回開催の希望も多く、今後も継続していく予定である。第2回は平成21年4月10日(金)に医学生を対象とした「東医体に向けたスポーツセミナー」とし、急性外傷の初期治療法、テーピングの実践、サプリメントを含めたスポーツ栄養学、さらに、スポーツ現場でのスポーツドクターの役割についてオリンピックサッカーのチームドクターの講演も予定している。また、今後は、ゴルフ、ランニングなどに関するセミナーや骨粗鬆症をテーマに日頃の運動や転倒予防体操なども企画中である。

(記：整形外科 舟崎裕記)