

[各種報告]

2020年度リコンディショニングルームにおける学生アスレティック トレーナーの活動報告

西山 侑汰¹⁾, 国枝 結花¹⁾, 名頭菌 亮太¹⁾, 辰見 康剛¹⁾, 篠原 純司²⁾

Student Athletic Trainer Activity Report in the 2020 Reconditioning Room

Yuta NISHIYAMA¹⁾, Yuika KUNIEDA¹⁾, Ryota MYOTSUZONO¹⁾,
Yasutaka TATSUMI¹⁾, Junji SHINOHARA²⁾

アブストラクト

本稿では、2020年度のRCRの利用状況や活動を報告し、今後のRCRにおける学生トレーナー活動やトレーナー教育の展望を述べた。今後も感染予防対策を徹底し、安心安全な環境になるようにRCRを運営し、選手から高い満足感が得られるようにRCRの運営と学生トレーナー教育を行っていききたい。

1) 九州共立大学スポーツ学部
2) 中京大学スポーツ科学部

1) Faculty of Sports Science, Kyushu Kyoritsu University
2) School of Health and Sport Sciences, Chukyo University

1. はじめに

日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー（以下；JSPO-AT）は、競技者の健康管理、外傷・障害の予防、スポーツ外傷・障害の応急処置、アスレティックリハビリテーション、コンディショニングなどを担い、スポーツ現場で選手をサポートする¹⁾。本学は、2008年からJSPO-ATの免除適応コース承認校である。JSPO-ATを志す学生には、180時間の現場実習が課せられており、本学には学内運動部に帯同し、運動部トレーナーとして現場実習を行う学生や学内のリコンディショニングルーム（以下；RCR）で選手のリコンディショニングを行い、RCRトレーナーとして現場実習を行う学生がいる。RCRでは、学生トレーナーがJSPO-AT教員の指導のもと、ケガをした選手のリコンディショニングを行っており、学生トレーナーが学び、経験を得るうえで重要な施設である。これまで、RCRを利用した選手の傷害の種類、所属運動部、利用人数などを集計し、選手が安心して安全にRCRを利用できるように、RCRにおける学生トレーナー活動の改善や学生トレーナーの教育に繋げてきた^{2) 3) 4)}。そこで本稿では、2020年度のRCRの利用状況や活動を報告し、今後のRCRにおける学生トレーナー活動やトレーナー教育の展望を述べる。

2. 活動内容

1) RCRの開室期間

2020年10月19日～2021年3月31日

※2020年12月24日～1月5日は冬季休業のため閉室

※後期授業期間中（2020年10月19日～2021年2月4日）は17:00～19:00開室

※春季休業中（2021年2月8日～2021年3月31日）は9:00～12:00開室

※金曜日、土曜日、日曜日、祝日、授業休講日は閉室

2) RCRの活動における新型コロナウイルス感染予防対策

2020年度は、新型コロナウイルス感染症（以下；COVID-19）が日本中に流行した。大学のCOVID-19感染予防対策の一環として、2020年度前期の活動が禁止されたことに伴い、前期授業期間にRCR活動は実施できなかった。後期授業期間のRCR活動は、RCRでの学生トレーナー活動におけるCOVID-19感染予防対

策計画書を提出し、感染予防対策を徹底したうえでRCR活動が大学に認められたため、2020年10月19日からRCR活動を実施した。10月19日のRCR活動開始にあたって、RCRで活動する学生トレーナーには、COVID-19の特徴、感染予防対策の基本、マスクやエラストリック手袋の着脱方法、手洗いや手指衛生の方法について講義を実施し、感染予防対策の教育を行った。また、当日のRCR活動を想定してRCR内の換気や消毒する物品、学生トレーナーの健康管理チェックなど閉室から閉室までのシミュレーションを行い、感染予防に向けた事前対策を十分に実施した。具体的な感染予防対策としては、ベッドを中心に人が密集してしまうことから、ベッドの台数を減らしてベッド間の距離が保たれるようにした。また不必要な身体接触を避ける目的から、選手を評価する際やリコンディショニングを実施する際には、最低限必要な指導や評価のみを行うように努めた。学生トレーナーは、RCRで活動を行う前に当日の健康チェックを行い、発熱や風邪様症状がない者が当日の活動に参加した。学生トレーナーが選手の問診や身体測定、リコンディショニングを行う際には、マスクを着用し、手指消毒と物品消毒を徹底させた。RCR内は、すべての窓やドアを開けて換気を徹底した。RCR内でリコンディショニングを行う人数の上限を設け、人数の上限を上回る利用者がいた場合は、RCR外にリコンディショニングスペースを設置して行った。リコンディショニング中には、選手にもマスクを着用してもらった。

3) RCRにおけるリコンディショニングの流れ

2020年度のRCR活動では、1名の選手に対して1名の担当学生トレーナー、1～3名のアシスタント学生トレーナーが選手のリコンディショニングを実施する担当・アシスタント制を導入した。2020年度以前のRCR活動では、学生トレーナーのシフトを組み、当日のシフトに入った学生トレーナーが、選手のリコンディショニングを担当するシフト制を導入していた。選手の情報共有、担当した学生トレーナーによるリコンディショニング内容のばらつき、リコンディショニングの質の低下などの課題があったため、2020年度から担当・アシスタント制を導入した。

2020年度からRCRを利用する際は、COVID-19の感染予防対策の一環として予約制を導入した。当日の利用者を事前に把握できることから密集することを防ぐことができ、利用者が多ければ別の日時に行うなどの感染予防対策のためであった。また、予約制にするこ

とによって利用する選手の傷害や状態が事前にわかるため、学生トレーナーも十分な予習や準備が可能であることから予約制を導入した。予約方法は、学生トレーナー部が運営しているインスタグラムにダイレクトメッセージを送ってもらう方法と運動部に帯同している学生トレーナーが直接予約する方法をとった。希望する利用日や傷害名、主訴などを精査し、担当及びアシスタント学生トレーナーの状況、当日の利用者人数を考慮して来室日を調整した。

RCRに入室してからリコンディショニングまでの流れは、まずRCR外の入り口に設置した受付にて検温と風邪様症状のチェックを実施して、発熱がなく風邪様症状がない利用者をRCRに入室させた。担当学生トレーナーが選手の怪我の状態を確認するために、問診や身体測定を行い、問題点を明確にしたのち、選手が希望する復帰時期や要望に応じて教員の指示のもと学生トレーナーがリコンディショニングプランとメニューを立案した。その後、選手に問題点とリコンディショニングプラン、メニューを提示し、同意を得てからリコンディショニングを実施した。

3. RCRの利用状況

2020年10月19日から2021年3月31日にかけてRCRを利用した選手は、計40名であった。また同じ期間に選手がRCRを利用した回数は、計359回であった。

月毎のRCR利用者数と利用回数を表1に示した。月毎の利用者数をみると、10月（11名）が最も多く、次いで3月（10名）、12月（8名）の順に多かった。月毎の利用回数をみると、3月（95回 [26.5%]）が最も多く、次いで2月（75回 [20.9%]）、1月（62回 [17.3%]）の順に多かった。

表1 月毎の利用者数と利用回数

	利用回数 (%)	利用者数
10月	27(7.5)	11
11月	46(12.8)	2
12月	54(15.0)	8
1月	62(17.3)	2
2月	75(20.9)	7
3月	95(26.5)	10

学年毎のRCR利用者数と利用回数を表2に示した。学年別の利用者数をみると、1年生（16名）が最も

多く、次いで3年生（11名）、2年生（10名）の順に多かった。学年毎の利用回数をみると、1年生（142回 [39.6%]）が最も多く、次いで2年生（91回 [25.3%]）、3年生（87回 [24.2%]）の順に多かった。

表2 学年毎の利用者数と利用回数

	利用回数 (%)	利用者数
1年生	142(39.6)	16
2年生	91(25.3)	10
3年生	87(24.2)	11
4年生	39(10.9)	3

性別毎のRCR利用者数と利用回数を表3に示した。性別毎の利用者数および利用回数をみると、男性（34名、251回 [69.9%]）、女性（6名、108回 [30.1%]）で男性の方が多かった。

表3 性別毎の利用者数と利用回数

	利用回数 (%)	利用者数
男性	251(69.9)	34
女性	108(30.1)	6

部活毎のRCR利用者数と利用回数を表4に示した。部活毎の利用者数をみると、硬式野球部（14名）が最も多く、次いでバスケットボール部（10名）、サッカー部（5名）の順に多かった。部活毎の利用回数をみると、バスケットボール部（122回 [34.0%]）が最も多く、次いで硬式野球部（101回 [28.1%]）、陸上競技部（68回 [18.9%]）の順に多かった。

表4 部活毎の利用者数と利用回数

	利用回数 (%)	利用者数
バスケットボール部	122(34.0)	10
硬式野球部	101(28.1)	14
陸上競技部	68(18.9)	4
フットサル部	22(6.1)	1
サッカー部	20(5.6)	5
水泳部	11(3.1)	1
レスリング部	8(2.2)	2
ラグビー部	7(1.9)	3

部位毎のRCR利用者数と利用回数を表5に示した。部位毎の利用者数をみると、膝関節（11名）が最も多く、次いで足関節（7名）、肩関節（5名）の順に多かった。部位毎の利用回数をみると、膝関節（153回 [42.6%]）が最も多く、次いで肩関節（55回 [15.3%]）、下腿（48回 [13.4%]）の順に多かった。

表5 部位毎の利用者数と利用回数

	利用回数 (%)	利用者数
膝関節	153(42.6)	11
肩関節	55(15.3)	5
下腿	48(13.4)	3
足関節	31(8.6)	7
大腿部	18(5.0)	4
手指	15(4.2)	1
腰部	10(2.8)	3
肘関節	9(2.5)	1
手関節	8(2.2)	2
股関節	7(1.9)	2
足部	5(1.4)	1

4. 活動所感

2020年度のRCR活動は、COVID-19の流行に伴って例年と同様の活動を実施することは困難であった。特に2020年度の前期授業期間は、COVID-19の大流行に伴って、大学の授業のほとんどが遠隔で実施されたことに伴って、学生の学内への入校が原則禁止されていた。後期授業期間になってからは、COVID-19の終息には至っていなかったものの、十分な感染対策を実施したうえで活動が認められ、学生トレーナーがRCR活動を行う機会が作れたことは、学生トレーナーの教育や経験の場を作ることができたと考えられる。また、手指消毒や物品消毒、マスクの着用、換気の徹底、RCR内の密集回避などCOVID-19の感染対策を入念に実施したため、RCRを媒介として感染者の発生やクラスターの発生といったことはなかった。選手への検温や風邪様症状のチェック、マスクの着用といった利用者側の感染対策、手指消毒や物品消毒、換気の徹底、マスクの着用など学生トレーナー側の感染対策のこれら2つの感染予防対策を徹底した結果であると考えられる。

2020年度のRCR利用者数は40名であり、月毎の

RCR利用者数をみると、10月の11名が最も多かった。2019年度の我々の報告⁴⁾では、10月から3月にかけての利用者は52名であり、10月の利用者は13名で年間を通して利用者数が多い月であること示している。2020年度は、COVID-19の流行による影響があったことを考慮すると、RCRを利用した選手の人数は2019年度と比べて少ないものの、COVID-19の流行下であっても選手が安心して安全に利用できる運営体制であったことからたくさんの利用があったと考えられる。今後も十分な感染対策を実施して、安全な運営体制を構築し、選手に安心して利用してもらえるような環境を作っていくことが重要と考えられる。

学年別の利用者数をみると1年生の利用が最も多かった。また、性別毎にみると男性の利用が多かった。2019年度の我々の報告⁴⁾では、1年生の利用が最も多く、男性の利用が多いことを示している。2020年度の学年毎及び性別毎の利用者は、2019年度と同じ傾向であったと考えられる。

部活毎の利用者数をみると硬式野球部、バスケットボール部、サッカー部に所属する選手の利用が多かった。2019年度の我々の報告⁴⁾では、陸上競技部、体操競技部、サッカー部に所属する選手の利用が多いことを示しており、2020年度の部活毎の利用者の傾向と異なっていた。このうち陸上競技部とサッカー部は、学生トレーナーが帯同していない運動部である。一方で2020年度に利用者数が多かった硬式野球部、バスケットボール部、サッカー部はいずれも学生トレーナーが帯同している。2020年度は、RCRの利用が予約制になったことで、帯同する運動部の学生トレーナーが予約を仲介するため、学生トレーナーが帯同する運動部の利用数が多かったと考えられる。今後は、学生トレーナーが帯同しない運動部が利用しやすいような運営システムを構築することが課題である。

部位毎の利用者数をみると膝関節、肩関節、足関節に傷害を抱えて利用する選手が多かった。2019年度の我々の報告⁴⁾では、足関節が最も多く、次いで腰部、肩関節、膝関節の順に多いことを示している。2020年度は、腰部に傷害を抱えて利用する選手は少なかったものの、膝関節や肩関節、足関節といった部位は2019年度と同様に多かったと考えられる。これらの部位は、スポーツ傷害が発生しやすい部位でもあるため、この部位に発生しやすいスポーツ傷害の基礎知識や機能解剖、評価方法、リコンディショニングなど学生トレーナーへの教育を徹底することが必要であると考えられる。

5. 今後の展望

2020年度のRCR活動は、COVID-19の流行によって感染予防対策を徹底したうえでの運営となった。COVID-19流行下のRCR運営は、手探りの状態であったものの、RCR活動をきっかけとして感染者の発生やクラスターの発生が起きなかったことは、適切な感染予防対策を実施できていたからと考えられる。COVID-19から社会が落ち着きを取り戻すまでの間、RCRにおいては感染予防対策を徹底することが必要であると考えられる。したがって、今後も十分な感染予防対策を実施し、感染者を発生させることなく、安全安心なRCRの運営を継続していきたいと考える。

2020年度の選手のリコンディショニングは、担当・アシスタント制で実施した。これまで、シフト制で行っていたため、学生は十分な予習をすることができず、学習面での準備や心理面での準備、情報共有に課題があった。今年度は、担当・アシスタント制で実施したため、予習を十分に行うことができ、選手に対して行うリコンディショニングの質が向上した印象があった。さらに、学生がより責任感をもって選手のリコンディショニングを実施するようになったと感じた。課題としては、学生トレーナーと選手のコミュニケーションがあげられた。今後は、選手へのリコンディショニングの質をさらに向上させ、選手の満足感を得られるように、担当やアシスタントになった学生トレーナーの教育を徹底していきたいと考える。

2020年度のRCR利用方法は、前日までの予約制で実施した。感染予防対策の一環として、当日の利用人数を把握できるため、利用者が多い場合はリコンディショニングスペースを広く準備するなど工夫して運営することに繋がっていた。予約制を導入したが、利用者のほとんどは学生トレーナーが帯同する運動部に所属しているものであった。予約方法は、学生トレーナー一部のインスタグラムを通して予約する方法をとっていたが、インスタグラムを通しての予約はほとんどなかった。学生トレーナーが帯同しない運動部の選手が利用しやすいように予約方法を改める必要があり、今後の課題である。

参考文献

- 1) 山本利春：アスレティックトレーナーの役割：公益財団法人日本体育協会公認アスレティックトレーナー専門科目テキスト1，第7刷，26-342012.
- 2) 井手裕子，藤井均，有吉晃平，篠原純司：九州共

立大学リコンディショニンググループ利用者報告-2011～2012年において-：九州共立大学紀要，第3巻，第2号，89-93，2013

- 3) 辰見康剛，篠原純司，有吉晃平，栗谷健礼，中村奈菜：2014年度リコンディショニンググループ活動報告と今後の展望．九州共立大学紀要，第6巻，第1号，75-78，2015.
- 4) 名頭蘭亮太，西山侑汰，辰見康剛，小林直行，篠原純司：2019年度の来室者記録からみた今後の九州共立大学リコンディショニンググループの活動について．九州共立大学紀要，第11巻，第1号，55-59，2020.

Received date 2022年1月7日

Accepted date 2022年1月20日