

平成 23 年 12 月吉日

大阪府民の皆様へ

公益社団法人大阪府柔道整復師会  
会 長 長 井 啓 二

## 第 1 回大阪マラソン救護活動 報告書

開催日時：平成 23 年 10 月 30 日（日）9 時～17 時

救護場所：ゴール地点（インテックス大阪内）

救護状況：

### 1. 施設概要

受付及び手当て等に関わった総人数は 23 名で、ベッド 10 台・椅子 15 脚を設置しました。

準備した備品で多く使用したものはアイシング用の氷、冷湿布、包帯類（テーピング含む）などでした。

### 2. 処置内容

捻挫や挫傷（肉離れなど）、打撲などに対してアイシングやテーピング、包帯固定などを施しました。

また過剰な筋肉の緊張などがみられれば柔道整復手技によりその緊張を軽減させ早期回復を促すよう施しました。

### 3. 調査票について

公益社団法人大阪府柔道整復師会（以下本会と略）では長年の経験により救護データ作成の観点から独自の救護調査票を作成し、当日は 208 名のランナーが利用しました（調査票No.208 まで使用）。

その内、記入漏れなどで有効なデータが得られない調査票が 14 枚ありましたので、その分を差し引いて有効な調査票は 194 枚（194 名）でした。

### 4. 学術的調査について

本会の研究事業部において調査票を精査しました。そして、そこから得られた情報をグラフ化して分析し傾向等を読み取り、次回への対策に役立てたいと考えております。また柔道整復師の役割を再認識し、大阪府民へ安心かつ安全な技術を提供でき社会貢献できるようデータの蓄積も、これからも継続していく予定です。

以下、主な傾向等を報告します。

①着順が速い層にはマラソン暦 5 年以上の率が高く、徐々に低くなっております。

②同様にトレーニングを毎日行う率も同じ傾向でした。

③自主ケアにストレッチを行う率が着順の速い層は意外と低かったです。

これは認識の差では…実施して当然という範囲はカウントしていないかも？という意見が出ました。

④着順が速い層はアイシングの率が高く、反対に着順の遅い層は温浴の率が高くなる傾向でした。

⑤負傷部位数に関しても速い層ほど少なく徐々に多くなる傾向でした。

⑥大腿及び下腿の後面を傷める率は着順が速い層の方が多かったです。

これは筋力が強い為、走り方などの問題で生じたのかも？という理由が挙がりました。

また遅い層は筋力が弱く前面で負荷を受けやすい傾向がありました。

全体的に見ても下肢は後面の負傷が多く発症していました。

⑦関節の痛みを訴える数は遅い層に多く⑥と同理由だと考えられます。

⑧遅い層になるほど足底の痛みを訴える人が多かったです。

⑨医療施設通院経験のある中では整骨院が64%と最も多かったです。

他にもいろいろな傾向がみられましたが、今後も引き続き調査していき、傾向を導き出しケアの対策や怪我の予防などに役立てたいと考えております。

また本会では、研究事業において柔道整復学術研究専門委員会という諮問機関を設置しており、その委員会においても今回の学術調査は高い評価を得ております。

以上、ご報告させていただきます。

今後とも公益社団法人大阪府柔道整復師会に対し、何とぞご協力の程宜しくお願い申し上げます。

# 問 診 調 査 票



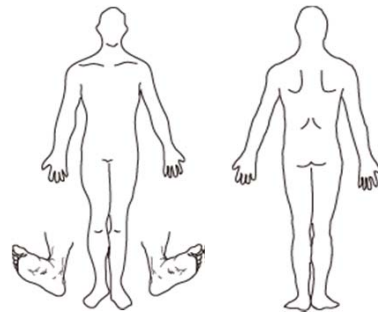
調査日：平成23年10月30日

対象催事：大阪マラソン2011

性 別	年 代			
男 ・ 女	10才未満	10～15	16～20	21～25
	26～30	31～35	36～40	41～45
	46～50	51～55	56～60	61～65
	66～70	71～75	76～80	80才以上

1)いつ、どこを何をして痛めましたか？

コピー不可



2)今日より以前に痛めた場合、何をして痛めましたか？

3)痛めた場合は治療に通われましたか？ また通院された場合はどこに行かれましたか？

はい・いいえ 整形外科・整骨院・鍼灸院・その他( )

4)マラソン(ジョギング)歴はどの程度ですか？

ほとんど走ったことが無い・1年未満・3年未満・5年未満・5年以上

5)マラソンのトレーニング(ジョギング等)はどれくらいの頻度で行っていますか？

月に1日程度・2週に1日程度・週に1日程度・週に3日程度・ほぼ毎日

6)自主的に何かケアを行っていますか？

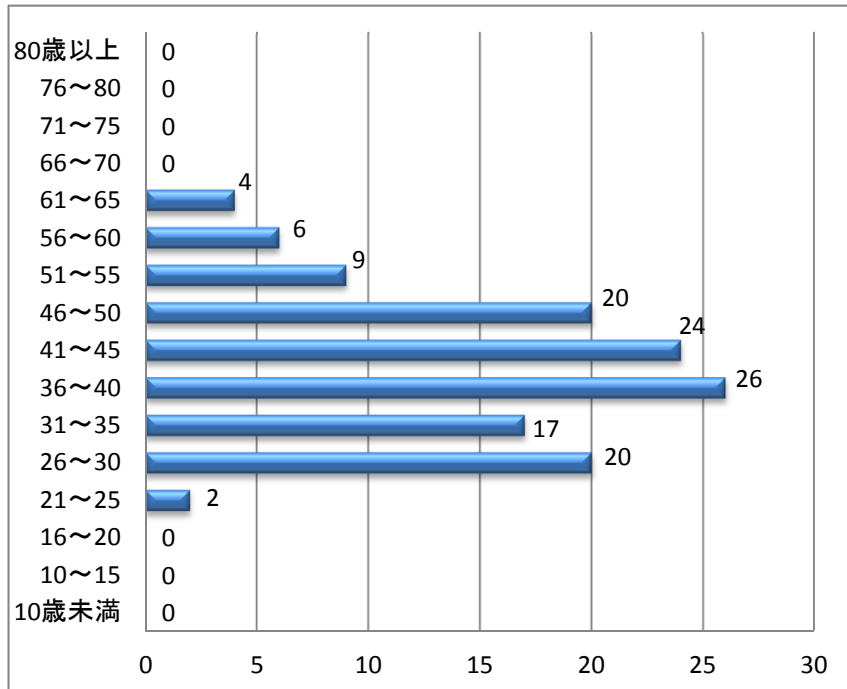
ストレッチ・マッサージ・テーピング・アイシング・入浴(温浴)

その他( )

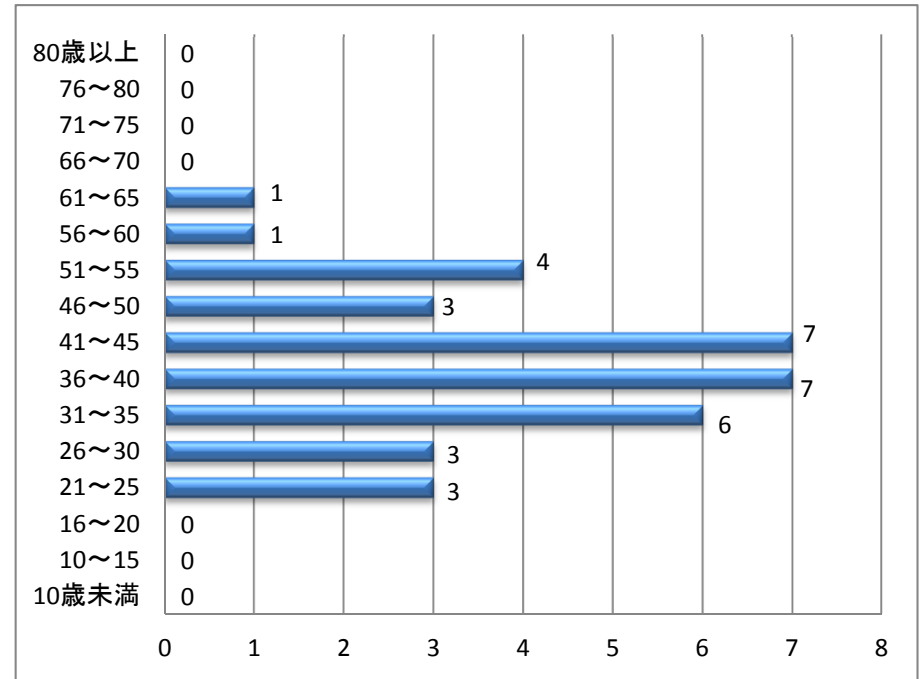
コピー不可

※その他備考欄 (施術内容、詳細な損傷部位等)

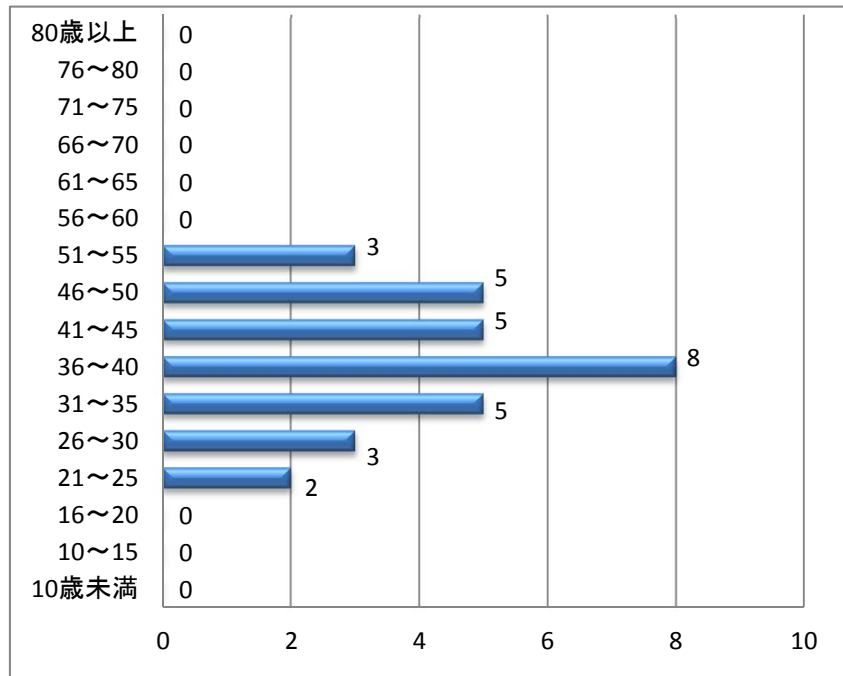
年齡分布 男(128名)



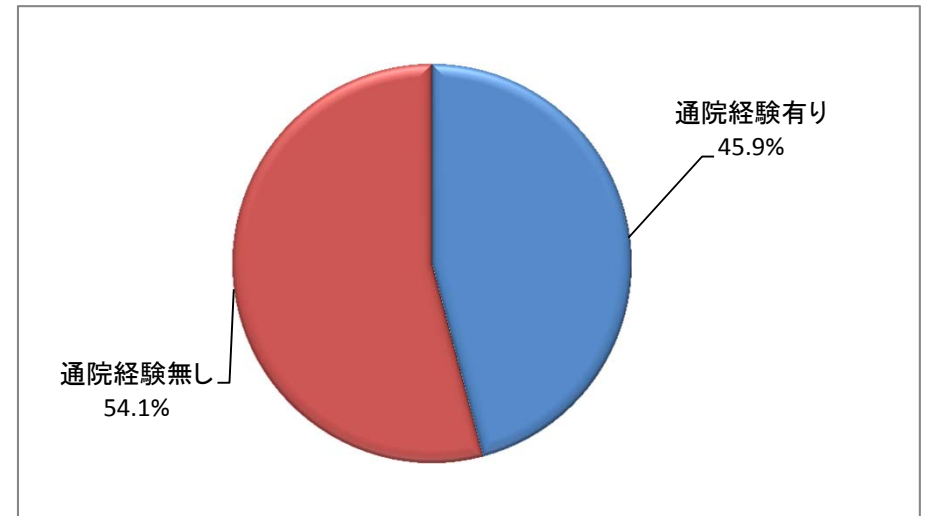
年齡分布 女(35名)



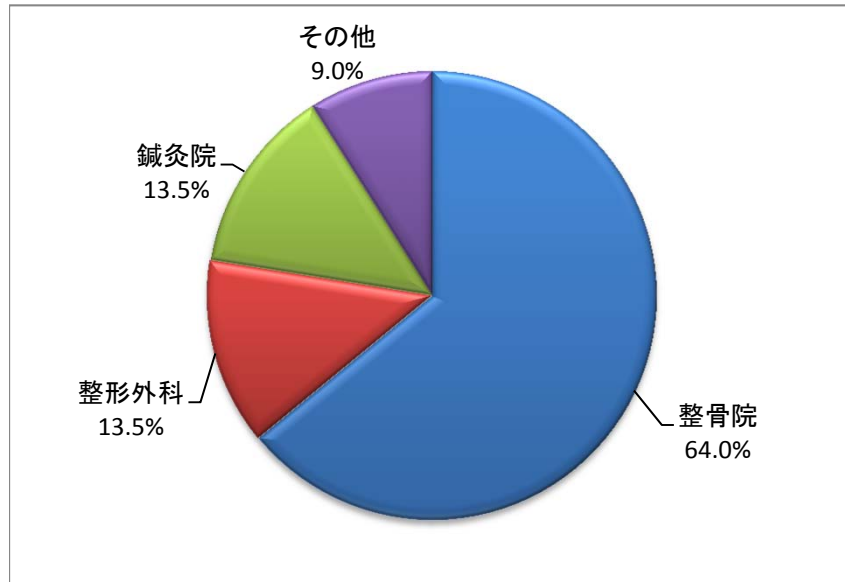
年齢分布 男女記入無し(31名)



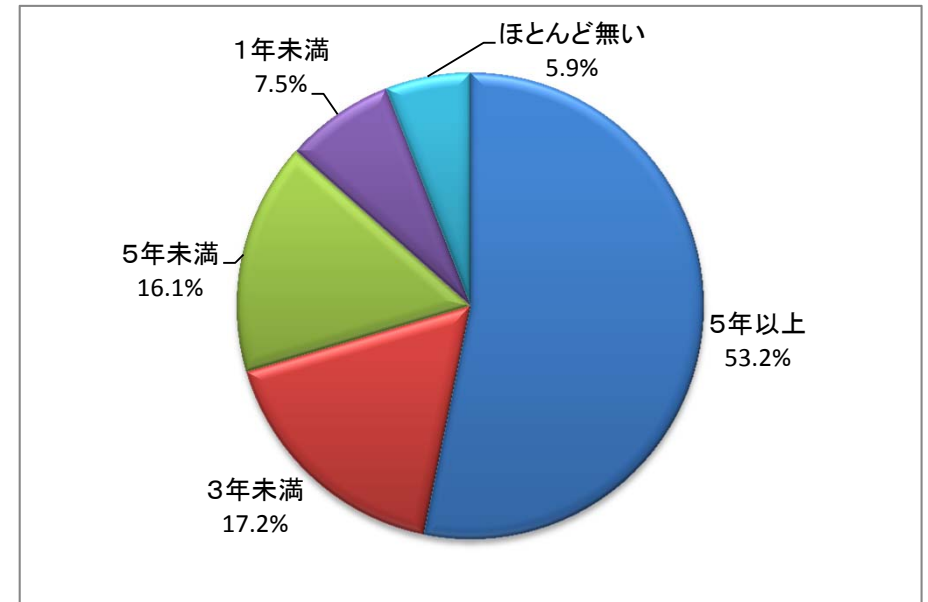
負傷した際医療施設の通院経験(%)



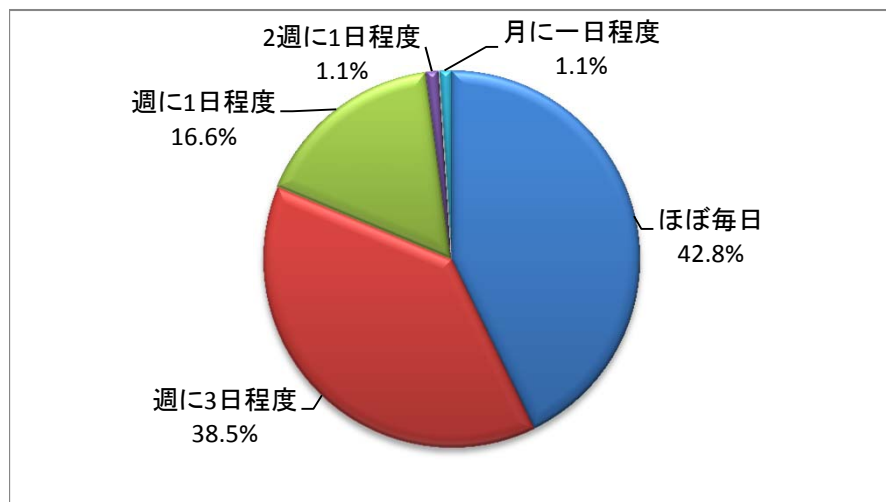
負傷した際どこの医療施設に通院したか (%)



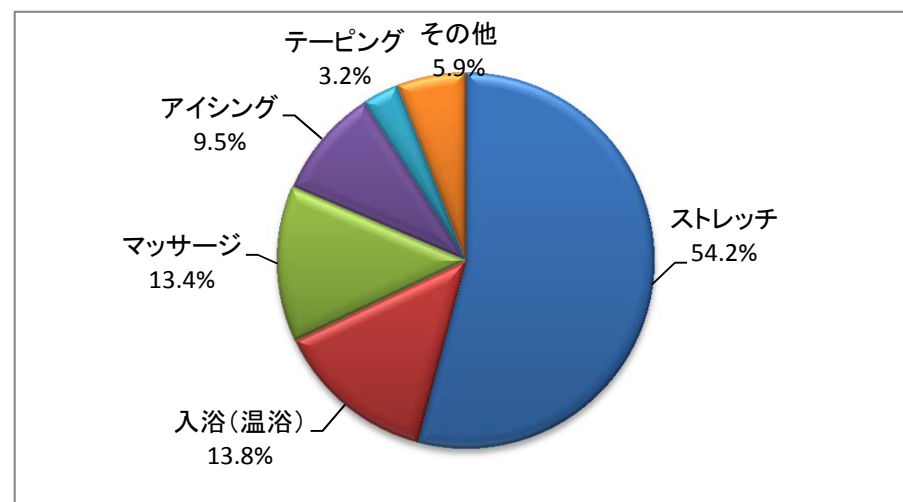
マラソン歴 (%)



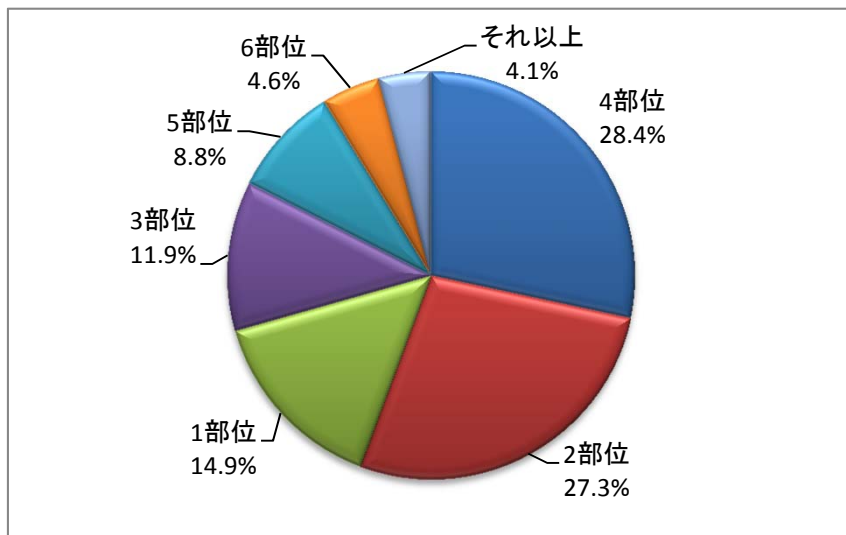
## 走るトレーニングの頻度(%)



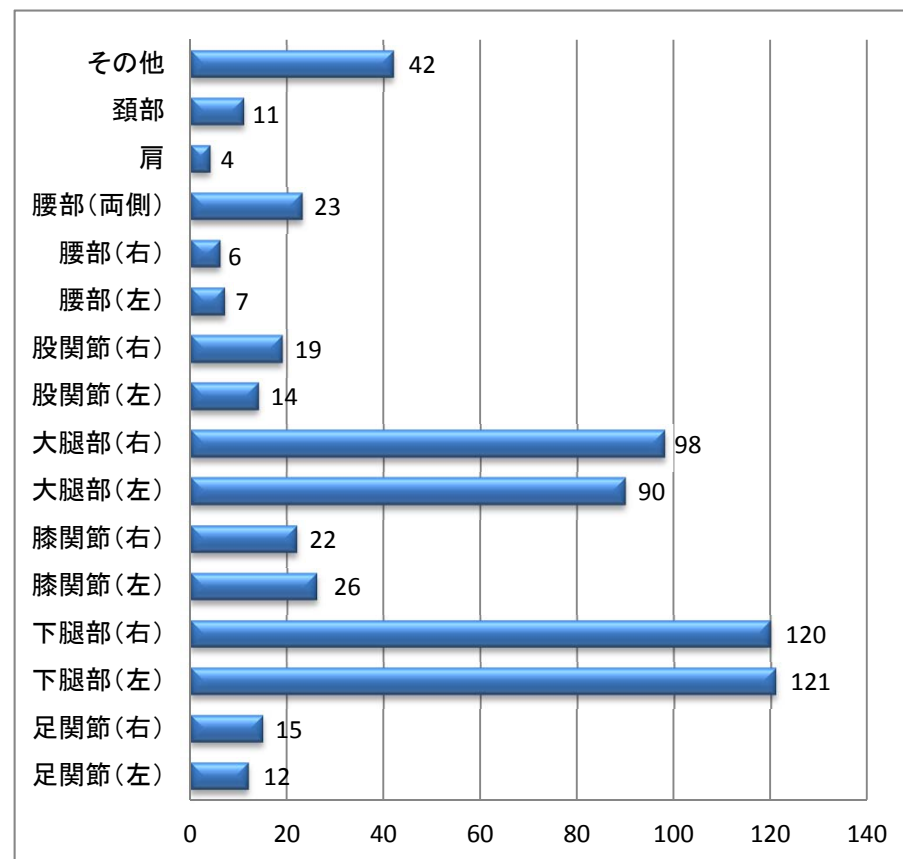
## 自主的に行うケア(%)



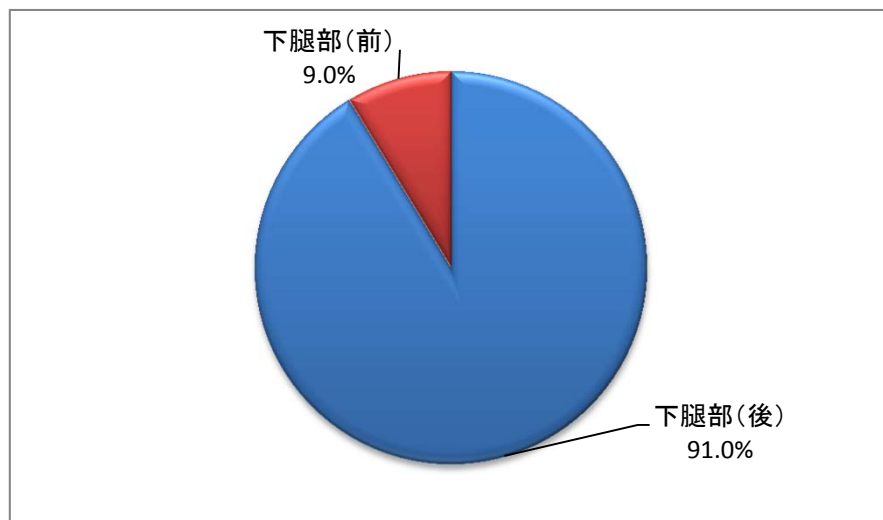
## 主訴の部位数(%)



## どの部位を訴えるか (実数:計630部位)



下腿部前後比(%)



大腿部前後比(%)

