

ケガと痛みに関するアンケート

ジュニアアスリート育成に係る

スポーツ医科学サポートの実態調査

【趣旨】

世界各国で行われた国際大会の成功を機にスポーツの価値が国内外で広く再認識・再評価され、近年では幼少期から地域のスポーツクラブに所属する選手が目立つようになりました。一方、各競技でスポーツ開始年齢が早まり、幼児期から専門のスポーツに取り組むことで様々なスポーツに伴うケガ（スポーツ外傷・障害）の発生が危惧されております。身体が大人になっていない発育発達期においては、各選手の発育発達段階を認識し、ケガのリスクを抑えたトレーニング方法の提言は喫緊の課題であると言えます。

そこで本調査では、専門的トレーニングの継続が発育発達期のアスリートに与える身体の影響に着目し、ケガの発生状況について調査を行います。ケガの発生状況と発育発達のパターンや性差、競技種目特有のケガとの関連性を明らかにすることを目的とします。

アンケートにご協力・同意いただける方は、個人情報確認同意書に署名の上、アンケートの質問にお答えください。なお、本調査で得られた情報は取りまとめて使用しますので、個人が特定されることはございません。今回ご協力いただいたデータは個人情報保護法の基、適正な取り扱いをさせていただき、本調査の目的のみに使用いたします。競技現場の指導者、保護者、選手にスポーツ医科学の知見を還元することでケガのリスクを抑え、競技人生を伸ばし、引退後もスポーツに親しむ好循環が生まれることを期待しております。

ケガと痛みに関するアンケート 個人情報確認同意書

年 月 日

私は個人情報の取扱いについて、以下の事項を確認のうえ、同意します。

記

個人情報の利用目的について

本調査で収集した個人情報は、「ジュニアアスリート育成に係るスポーツ医科学サポートの実態調査」の基礎資料として使用いたします。本人の許可なく上記以外の目的では使用しません。

個人情報の第三者提供について

収集した個人情報は、委託業務、法律上公的機関への届出・提出が必要な場合、事故等での緊急時を除いて第三者への提供をしません。

本人 名前（自筆） _____

責任者 名前（自筆） _____

※責任者の署名はアンケート協力者が未成年の場合にお願いいたします

私たちの研究グループではPlayers firstの視座から選手個々の健全な発育発達にあわせた育成強化と発育発達期のスポーツ外傷・障害の予防を目的とし、「スポーツ選手の体格・運動能力の測定」、「コンディショニングサポートに関する調査研究」、「女性アスリート育成におけるスポーツ医科学サポートの実態調査」などの研究活動を「縦断的」に行っております。

実施責任者：今井一博（東京大学大学院身体運動科学研究室）

渡辺英次（専修大学スポーツ研究所 [SUIS]）

問合先：東京大学大学院身体運動科学研究室 今井一博 03-5454-6861 imai@idaten.c.u-tokyo.ac.jp

専修大学スポーツ研究所 [SUIS] 渡辺英次 044-911-1032 watana@isc.senshu-u.ac.jp

ケガと痛みに関するアンケート

◎記入日 2019年__月__日. お住まいの都道府県 (_____)

◎年齢__歳. 性別 (男・女). 学年 (小学__年). 競技開始年齢__歳__ヶ月.

◎利き手 (右・左). 練習時間 (約__時間/日, 約__日/週)

※ 今日までに、日常生活またはバドミントンに影響のある痛みがあった、あるいはケガをした場所の番号を下図の1~25から選んで書いて下さい。(いくつ書いても構いません)(左右は問いません)

(_____)

※ 上にあげた場所で、両親かコーチに相談した部位の番号を書いて下さい(いくつでも可)

(_____)

※ 上にあげた場所で、実際に病院など医療施設を受診した部位の番号を書いて下さい(いくつでも可)

(_____)

前面	後面
1. 顔 (かお)	14. 頭 (あたま)
2. 胸部 (むね)	15. 頸部 (くび)
3. 腹部 (おなか)	16. 肩甲部 (けんこうこつ)
4. 肩 (かた)	17. 背部 (せなか)
5. 肘 (ひじ)	18. 上腕 (にのうで)
6. 手首 (てくび)	19. 前腕 (うで)
7. 手・指 (て・ゆび)	20. 腰部 (こし)
8. 股 (あしの付け根)	21. 臀部 (おしり)
9. 大腿前面 (もも)	22. 大腿後面 (ふともも)
10. 膝 (ひざ)	23. 下腿後面 (ふくろはぎ)
11. 下腿前面 (すね)	24. アキレス腱
12. 足首 (あしくび)	25. 足底 (あしのうら)
13. 足・足趾 (あしとゆび)	

肘, 肩, 腰の3か所について、初めて日常生活またはバドミントンに影響のある痛みが出た年齢

※ 初めて肩が痛くなったのは何歳の時ですか? [_____歳の時 / 肩が痛くなったことは無い]

※ 初めて肘が痛くなったのは何歳の時ですか? [_____歳の時 / 肘が痛くなったことは無い]

※ 初めて腰が痛くなったのは何歳の時ですか? [_____歳の時 / 腰が痛くなったことは無い]

ケガと痛みに関するアンケート

◎上半身（図：前面 1～7，背面 14～20）で、「ケガや痛みがある，あった」場所はありますか？ありましたら以下に記入してください。

記入項目【 右・左 ， 部位 ， ケガの名称 or 痛み，発生時期 ， 発生状況 ， 現在の状態 】

記入例【 右・左 ， 肩 ， 痛みがある ， 12 歳 2 ヶ月 ， 練習中に ， 1 ヶ月くらいで痛みが引いた 】

【 右・左 ， 腰 ， 分離症 ， 11 歳 8 ヶ月 ， 試合中に痛み ， 現在も痛みがある 】

A. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

B. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

C. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

D. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

E. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

◎下半身（図：前面 8～13，背面 21～25）で、「ケガや痛みがある，あった」場所はありますか？ありましたら以下に記入してください。

記入項目【 右・左 ， 部位 ， ケガの名称 or 痛み，発生時期 ， 発生状況 ， 現在の状態 】

記入例【 右・ 左 ， 膝 ， 痛みがある ， 12 歳 2 ヶ月 ， 練習中に ， 現在も痛みがある 】

【 右・左 ， 足首 ， 内反捻挫 ， 7 歳 8 ヶ月 ， ランニング中 ， 治療中 】

F. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

G. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

H. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

I. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

J. 【 右・左 ， _____ ， _____ ， _____ 歳 _____ ヶ月 ， _____ ， _____ 】

◎練習のはじめにウォームアップをしていますか？（ はい いいえ ）「はい」の場合、所要時間と内容（ランニング，動的なストレッチ，チャイナステップ など）を下に記入してください。

【 _____ 分程度，内容： _____ 】

◎練習の終わりにクールダウン（リカバリー）をしていますか？（ はい いいえ ）「はい」の場合、所要時間と内容（ジョグ，静的なストレッチ，マッサージ など）を下に記入してください。

【 _____ 分程度，内容： _____ 】

ご協力ありがとうございました。