



あきた 理学療法の広場

NO.24

平成31年

3月15日発行

発行：公益社団法人秋田県理学療法士会
事務局：〒010-0921 秋田市大町1丁目2-40
E-mail akitapt-home@ptakita.org

会長：菅原 慶勇
TEL・FAX 018-867-1804
ホームページ <http://www.ptakita.org>

印刷：株式会社印刷所

"あきた理学療法の広場"は、県民の皆様に秋田県理学療法士会の活動をお届けするため作成し配信しております。無料で配布しておりますので、是非お持ち帰りください。

理学療法士は病院やリハビリテーションセンター、医院などの医療機関や介護老人保健施設、訪問看護ステーションなどで働いています。また、職場内に限らず様々な方をサポートする機会もあり、多岐にわたって活躍をしています。今回、その一部をご紹介します。

秋田内陸100キロの大激走！！！！



～トレーナールームにおける選手サポートの報告～

〈山王整形外科 理学療法士 瀬戸 新〉

本県では秋田わか杉国体開催を機にトレーナー部会が発足し、現在も秋田県のスポーツの盛り上がりと競技力の向上のため活動を行っています。昨年9月行われた「2018北緯40°秋田内陸リゾートカップ100キロチャレンジマラソン（以下、秋田100キロマラソン）」においてもトレーナー部会による選手サポート活動が実施され、理学療法士である私も一員として参加してきました。その様子を報告いたします！

そもそも、皆さんは秋田100キロマラソンをご存知でしょうか？聞いたことはあるけど…どこからどこに行くの？という方も多いのではないのでしょうか？私も今回参加するまではそうでした（笑）。この大会は角館を午前4時半にスタートする100キロ組と、比立内を10時半にスタートする50キロ組が、それぞれ秋田内陸を北上しながら17時半までに鷹巣のゴールを目指すマラソン大会です（今回で28回目）。毎年県内外から多くの方が参加され、今回は1447人のランナーが参戦されました。

さて、本題の活動内容ですが、スタートから63キロ地点のエイドステーション内に設置されたトレーナールーム内で、参加選手に対してマッサージやストレッチ、また必要に応じてテーピングや運動指導などを実施しました。秋田県理学療法士会からは会長の菅原慶勇氏、長谷川弘一氏、私の3人が参加し、他にも柔道整復師や鍼灸師の方を含めた計7人で活動を行いました。午前8時過ぎに現地に集合し、会場設営とアイスパック（氷嚢）の準備を済ませた後、10時半頃から選手たちでエイドステーションがにぎわい始めました。10時40分頃に最初の利用者が訪れてからは次第に増えていき、11時半頃からは待つ人も出始め、7人全員がフル回転で対応しました。最終的に、63キロ地点の制限時間である13時半までの3時間で94名というたくさんの選手に利用していただきました。



（裏面へ続く）

対応させていただいた感想としては、選手によっては単なる脱水や筋疲労だけでなく、身体のゆがみや、関節変形、内科的な問題を抱えながら参加している方もおられてなかなかサポートしきれないと感じる悔しい場面もありました。それでも「毎年利用しているよ、すごく助かっている」と言っただけの場面も多く、非常にありがたく感じました。競技中にできるサポートは限られてしまいますが、だからこそ対応の質を高めていく必要があります、今後のさらなるサポート体制の整備によって本活動の価値も高まってくるのではないのでしょうか。トレーナールームが設置されている100キロマラソン大会は珍しいそうで、このような活動がますます参加者の力になれるよう、そして今後全県・全国へこのような取組が広がっていくように邁進します！

理学療法公開講座のご案内

理学療法士の活動を秋田県民の皆様にご覧いただくために、毎年7月に理学療法公開講座を開催しております。昨年は

- 簡単で続けやすい体操の紹介
- 健康相談コーナー
- 身体機能測定
- 理学療法士養成校進学相談



など様々な企画ブースを設けてご好評いただきました。

今年は7月20日(土)に開催します

会場は秋田アトリオンです。理学療法やご自身の身体機能について知ることのできるイベントを多数用意いたしますので、ぜひお越しください。

オープンキャンパスのご案内

秋田県内にも理学療法士になるために学ぶことのできる理学療法士養成校があり、毎年夏にオープンキャンパスを開催しています。

理学療法士って
どんな職業？

学校では何を
勉強するの？

医療系の学校のキャンパス
ライフってどんな感じ？

どこに就職できるの？

理学療法や医療系に少しでも興味がある高校生の皆さんはぜひご参加ください。実際に学校を見学すると学生生活へのイメージが湧き、進路の決定に役立ちます！

秋田県理学療法士会は地域で元気に暮らす人々を応援するため、随時情報を提供しています。ホームページもぜひご覧ください（URL：<http://www.ptakita.org>）