MSBP

NPO法人
野球医療サポート栃木

会報誌

創刊号
（平成29年度）

目　次

1．栃木県青少年野球団体協議会
-高野連と野球医療サポート栃木の取り組み-
阿部　司先生 …… 2

2．栃木県広域野球検診への参加
小野　誠先生 …… 4

3．栃木県の野球活性化のために
矢野　雄一郎先生 …… 5

4．投球障害の予防、診断においての栃木県での
取り組み …… 6

5．2016年度広域野球肘検診の結果報告 …… 8

6．栃木県での成長期野球選手におけるOCD
発生頻度の報告　飯島　裕生先生 …… 10

7．NPO法人野球医療サポート栃木（MSBP）
会誌創刊にあたり　石川　和由先生 …… 12

8．野球選手の医療を行う診療所として
伊澤　一彦先生 …… 13

9．リハビリスタッフからみたMSBP活動・
広域検診について　押山　徳先生 …… 14

10．編集後記と会誌創刊に寄せて
笹沼　秀幸先生 …… 20

栃木県青少年野球団体協議会
－高野連と野球医療サポート栃木の取り組み－

栃木県高等学校野球連盟　理事長　　阿部　司

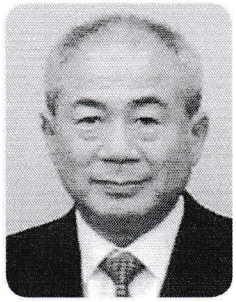
平成27年３月に少子化や社会の多様化に伴う、野球人口の減少などの課題に取り組む対策として、栃木県高校野球連盟が中心となり、中体連軟式部、中学硬式４団体（リトルシニア・ボーイズ・ポニー・ヤング）、栃木県野球連盟（学童）、そして医師や理学療法士でつくるＮＰＯ法人・野球医療サポート栃木の８団体による「栃木県青少年野球団体協議会」を設立しました。これは野球の底辺拡大はもとより、学童から高校まで選手が競技を継続できる環境を作り、県内野球の振興や野球力向上を図るとともに、選手のケガ防止などにも対応していくことを目指すものです。軟式、硬式やカテゴリーの垣根を越えて選手を健康面でもサポートする、そんな狙いを持って設立した協議会です。その中で平成28年度に栃木県高野連と野球医療サポート栃木の連携で新たな取り組みを行いました。

１つ目は高校野球100年の記念事業として、野球医療サポート栃木の全面協力の下「野球手帳」を作成し、県内の野球団体に贈呈し、小学４，５年生の球児に３年計画で配布しました。この手帳は小中高の各世代で起こりやすい肩や肘の故障や、その予防を解説しています。小学４年から９年間分の検診内容なども記録でき、指導者や保護者も使えるように工夫されています。

次に今までいくつかの地区、チーム等で行っていたメディカルチェックを、県内全域（５地区に分割）に広げて実施することにいたしました。野球肘障害の中でも選手生命に関わるリスクの高い「離脱性骨軟骨炎」が多く見られることから対象の中心を小中学生にし、県内各地でニーズが高まる検診を効率的に行い、指導者らにも地域の専門医の存在を知ってもらうことも一つのねらいとしました。今後もこの事業を継続するとともに、医学的な側面からも球児をサポートする体制作りを進めていきたいと思います。今後とも野球医療サポート栃木と協力していくとともに、この協議会がさらに発展し、オール栃木の体制を整えていければと思います。野球医療サポート栃木の活躍と発展、さらにご協力をお願いして、はなはだ拙い文章ですが、記念寄稿にかえさせて頂きます。

最後に参考までに、昨年度実施した広域野球肘検診：メディカルチェックの参加者等を載せておきます。

地　区	日　時	場　所	参加者
宇都宮① 真岡・芳賀地区	12月11日(日) 9:00~16:00	宇都宮工業高	学童　１４１名 中学生　１３８名 高校生　３３名 指導者・保護者　１５５名
佐野・足利地区	12月18日(日) 9:00~16:00	佐野松桜高	学童　１４１名 中学生　９６名 高校生　７０名 指導者・保護者　１３９名
塩谷・那須地区	1月22日(日) 9:00~16:00	矢板中央高	学童　６４名 中学生　９５名 高校生　７４名 指導者・保護者　１１０名
宇都宮② 鹿沼・日光地区	1月29日(日) 9:00~16:00	宇都宮高	学童　２６２名 中学生　１００名 高校生　５８名 指導者・保護者　２２６名
小山・栃木地区	2月5日(日) 9:00~16:00	小山北桜高	学童　２０５名 中学生　１２１名 高校生　６７名 指導者・保護者　１１５名
合　計			学童　８１３名 中学生　５５０名 高校生　３０２名 指導者・保護者　７４５名
総　計			２４１０名



栃木県広域野球検診への参加

栃木県臨床整形外科医会　会長　　小野　誠

この度は、栃木県広域野球検診会報の発行おめでとうございます。栃木県臨床整形外科医会（以下、TCOSと略）といたしましてお慶び申し上げます。

TCOSも平成28年度から栃木県広域野球検診に協力させて頂く事になりました。自治医大と独協医大の整形外科の先生方と高校野球連盟の方々の全面的な協力体制の元での野球検診への協力は、事務的な障害が全くなくスムーズに検診に参加する事が出来ました。

整形外科学会や同学術雑誌等で、肘関節の離断性骨軟骨炎（以下、OCDと略）は野球検診で発見された無症状の時期でないと保存療法が有効でなく、疼痛が発生し病院を受診した時はすでに保存療法は無効で手術適応となってしまっているため、日本の各地域で野球肘検診が盛んに行われています。また、自治医大と独協医大の先生方が野球検診を始められているという事もうわさでお聞きしていました。TCOSとしてどうやって野球検診を行ったら良いのか分からずにいた所、平成28年度から開始された学校保健における運動器検診の事前講習会の時に、ご講演をいただきました自治医大の笹沼先生から栃木県野球検診に対してTCOSへの協力依頼があり、検診に参加させていただく事になりました。

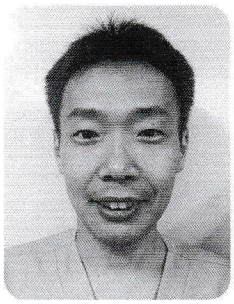
野球検診でOCDの発見のためには、理学初見では診断できないため超音波検査は必須であります。TCOSでは野球検診に合わせて、肘の超音波検査の勉強会を重点的に行いたしました。自分自身も自院の超音波検査機で自分の肘で何回も練習しましたが、実際の野球検診での肘関節超音波検査では最初は緊張していて時間をかけて検査を行いました。12月11日の宇都宮・芳賀地区と同月18日の佐野・足利地区の野球検診後、他の県の野球検診はどのように行われているか気になり、小生の医局の後輩に連絡して12月23日の横浜での野球肘検診を見学させていただきました。

横浜港南区での野球肘検診は地区の広い体育館で行われ、検診を受ける児童は地区ごとにかつ時間別に6グループに分かれていました。体育館内は、問診ブース、理学初見ブース、超音波検査ブース、ストレッチ・コンディショニングブース、リズミック・トレーニングブースに分かれていて、児童はその間を行き来してスムーズに検診が行われていました。特にリズミック・トレーニングブースは野球肘検診の最後に行われ、アスレッチク・トレーナーにより非常に良いテンポで生き生きと児童を指導していて、みんなが楽しくトレーニングを行っていたのが印象的でした。

この検診の時の最高責任者が偶然にも横浜南共催病院の山崎哲也先生で、その時に平成29年3月に栃木県での講演を依頼されている事をお聞きしました。自治医大で開催されました第4回とちぎ野球障害研究会では、実際の野球障害の臨床に携わっている先生しか出来ない素晴らしいご講演を拝聴する事が出来ました。残念ながらTCOS会員の先生は少数だったため、近日、宇都宮市内でもご講演をいただき、たくさんのTCOS会員の先生方に拝聴していただきたいと思います。

平成29年の栃木県の野球検診は、1月29日の宇都宮・鹿沼・日光地区と2月5日の栃木・小山地区に参加させていただきました。両検診とも検診会場は高校の体育館で行われ、参加されたTCOSの先生方も検診になれて、検診を受ける児童が多くても順調に行われました。

平成28年度に野球検診の参加されたTCOS会員は各回5-10名でしたが、平成29年度以降は検診を希望される児童・生徒は増加すると思われます。各検診においてTCOS会員は10名程度の協力をいただければ、大学の先生方への負担が大きくならず充実した検診となると思います。大学の整形外科の先生方と高校野球連盟の方々の素晴らしい協力体制の元での栃木広域野球検診にTCOSも参加させていただき、栃木から野球検診での保存療法（運動器リハ）に関しての新しいデータが発信出来るよう協力させていただきたいと思います。栃木広域野球検診の益々のご発展を心からお祈りいたします。



栃木県の野球活性化のために

野球医療サポート栃木副理事長　　矢野　雄一郎

自治医科大学の笹沼秀幸先生（現とちぎメディカルセンターしもつが整形外科医長）、薬師寺運動器クリニックの伊澤一彦先生らと野球肘検診を始め、年々参加してくれる選手が増えてきました。

平成29年2月に東京で開催されました日本肘関節学会においてMSBP栃木の発足からこれまでの活動内容を発表させていただきましたところ、会場から予想以上に大きな反響をいただきまして驚きました。平成25年度から28年度までの検診参加選手は小・中・高校生すべて合わせるとのべ3986名です。以前から検診を行っていた先輩県を参考に活動しておりましたが、私ども栃木県も全国から注目される県になったのだなぁと実感させていただきました。それも阿部司理事長をはじめとする栃木県高校野球連盟様の全面的なバックアップのもと野球検診の体制を作ることが出来たことが大きな要因ではなかろうかと考えます。

栃木県での野球検診の大きな特徴は、医師による小・中生への上腕骨小頭離断性骨軟骨炎の超音波診断のみでなく、理学療法士による理学所見や運動指導を取り入れている部分にあるのではないかと思います。診断するという検診の王道ははずさずに、障害予防さらにはパフォーマンス向上まで介入出来ているのではないかと思います。この部分まで取り入れている県は少ないです。理学療法士の先生方にはご苦労をかけておりますが、先生方のご指導内容は年々内容が濃くレベルアップしているなぁと思い、私自身も大変勉強させて頂いています。

今後も継続してくためにはMSBP栃木全メンバーの変わらぬ理解と協力があってこそだと思います。検診が広域になればなるほどスタッフの人数も必要となります。平成28年度からは栃木県臨床整形外科医会の先生方もご協力くださりました。小野整形外科の小野会長が音頭をおとりくださり県内全域の先生方にお声かけくださりました。さらに困っていた二次検診施設としてもご協力いただき、大変たすかりました。この場をおかりして深謝いたします。

今後も栃木の野球選手の障害がなくなるまでいつまでも続けていければ本望です。みなさま今後とも頑張りましょう。

MSBP

投球障害の予防、診断においての栃木県での取り組み

獨協医科大学日光医療センター整形外科
MSBP栃木

矢野 雄一郎

平成29年4月13日　栃木県臨床整形外科医会総会
学術講演会

MSBP栃木

Medical Support for Baseball Players in Tochigi

2013年6月　野球医療サポート栃木立ち上げ

目的：野球少年の障害予防を実践し啓発する

メンバー：整形外科医，理学療法士，作業療法士

2015年3月　栃木県青少年野球団体協議会発足

2015年10月　NPO法人　野球医療サポート栃木

2016年4月　野球手帳の配布

MSBP

MSBP栃木の事業

- 小・中学生への野球肘検診
- 高校生へのメディカルチェック
- 栃木県青少年野球団体協議会のメディカル担当
- 大会医事
- 栃木県スポーツ医学の研究・啓発

MSBP

MSBP栃木

- ✓ 小・中学生野球肘検診
- ✓ 高校生メディカルチェック

2013年度	5回	523名（小中生465名）
2014年度	7回	758名（小中生470名）
2015年度	10回	1040名（小中生806名）
2016年度	5回	1665名（小中生1363名）

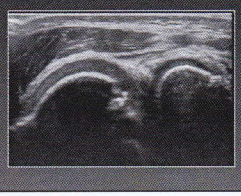
小・中学生野球肘検診

- ✓ 超音波診断
- ✓ 理学所見
- ✓ 運動指導
- ✓ 医学講義

小・中学生野球肘検診

- ✓ 超音波診断
- ✓ 理学所見
- ✓ 運動指導
- ✓ 医学講義

小・中学生OCD発生率
42名 / 1741名
2.5%　飯島ら，肘関節学会2017



小・中学生野球肘検診

- ✓ 超音波診断
- ✓ 理学所見
- ✓ 運動指導
- ✓ 医学講義

小・中学生内側障害発生率
222名 / 1741名 日本肩肘学会2017
13.4%

MSBP

高校生メディカルチェック

- ✓ 理学所見
- ✓ 運動指導

高校生　アンケート
肘痛有り　73 / 438名
16.7 %

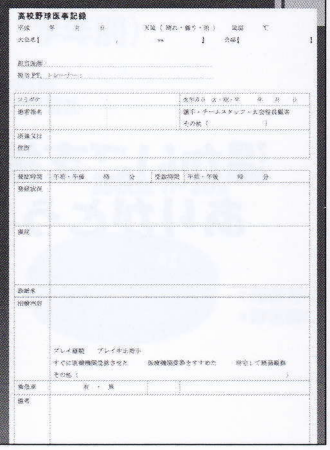
圧痛有り　98 / 438名
22.4 %

MSBP

大会医事業務

県予選　準決勝以上
関東大会での会場ドクター

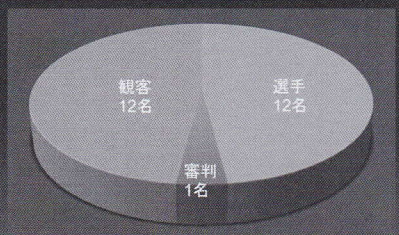
選手の故障
観客や関係者の医事対応


高校野球医事記録

MSBP

平成28年度　医事業務　17試合

- 医務室利用者　25名
（選手 12名，観客 12名，関係者 1名）



MSBP

野球手帳の運用
2016年4月配布(小4.5)

栃木県青少年野球団体協議会
野球手帳
氏名
（右・左）投げ（右・左・両）打ち

今後の課題

- 検診
- 人数
- 費用
- 指導者への啓蒙
- 二次検診施設の拡充
- 野球手帳の普及

平成29年3月11日の協議会でも問題提起

MSBP

2016年度広域野球肘検診の結果報告

NPO法人　野球医療サポート栃木

広域検診にご参加いただきましたご施設の皆様

【宇都宮】
小野整形外科(宇都宮市)
仁整形外科クリニック(宇都宮市)
矢野整形外科(宇都宮市)
五味渕整形外科(宇都宮市)
吉川整形外科(宇都宮市)
菊池整形外科医院(宇都宮市)
高瀬整形外科(宇都宮市)
稲田整形外科医院(宇都宮市)
はせがわ整形外科(宇都宮市)

【芳賀地区】
渋谷整形外科(真岡市)

【両毛地区】
清水整形外科クリニック(佐野市)
藤田整形外科医院(佐野市)
かみもとスポーツクリニック(佐野市)
佐野厚生総合病院(佐野市)
足利赤十字病院(足利市)

広域検診にご参加いただきましたご施設の皆様

【県南地区】
いしい整形外科(小山市)
新小山市民病院(小山市)
山本整形外科医院(下野市)
のぞみ整形外科(栃木市)
メディカルパパス(栃木市)
薬師寺運動器クリニック(下野市)

【県北地区】
阿久津整形外科(那須塩原市)
菅間記念病院(那須塩原市)
那須赤十字病院(大田原市)
国際医療福祉大学塩谷病院(矢板市)

温かいご支援を頂きまして、ありがとうございました。

2016年度　検診評価項目

- ✓ 事前アンケート
- ✓ 肘理学検査
  圧痛部位　外反ストレス　可動域
- ✓ 胸郭出口症候群(TOS)，肘部管症候群関連の評価
  Morley test，Wright test，Tinel sign
- ✓ 超音波検査：肘小頭離断性骨軟骨炎(OCD)(小中学生)
- ✓ 肩甲帯，下肢のコンディショニングチェック(高校生)

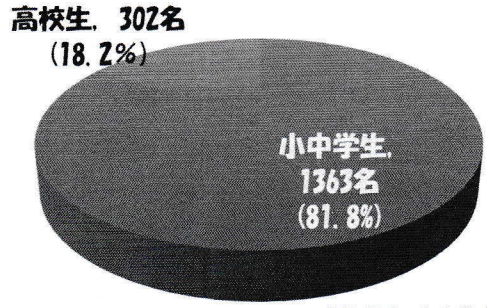
Morley test

鎖骨上窩，斜角筋部の圧迫
上肢しびれ，放散痛の有無

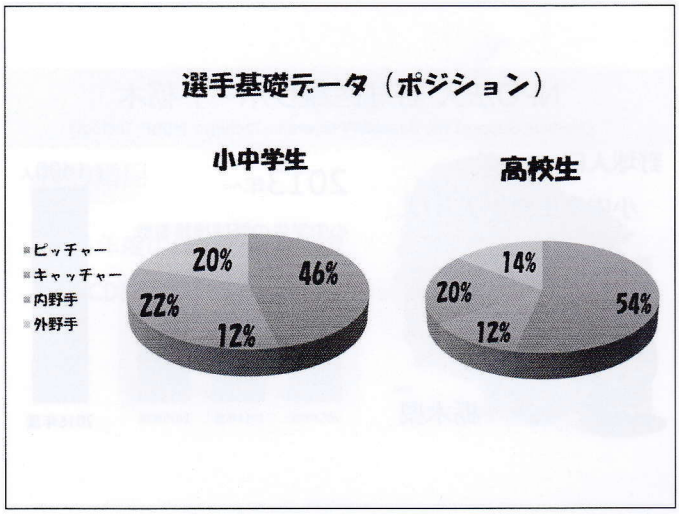
Wright test

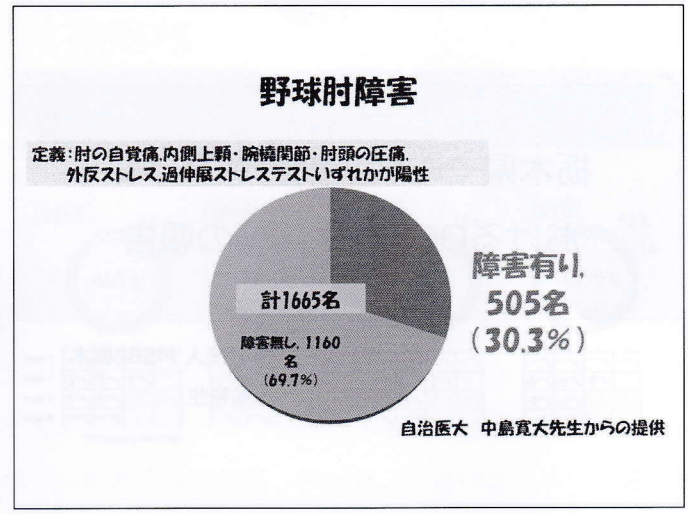
肩関節外転時の橈骨動脈の
脈拍減弱，消失を確認

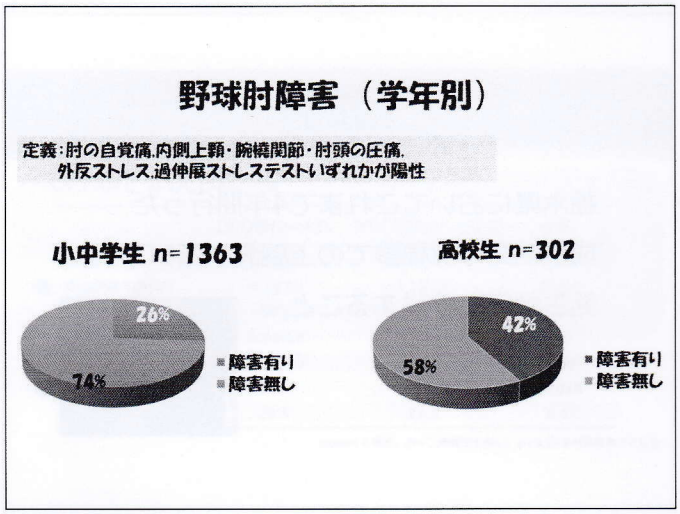
検診参加選手数

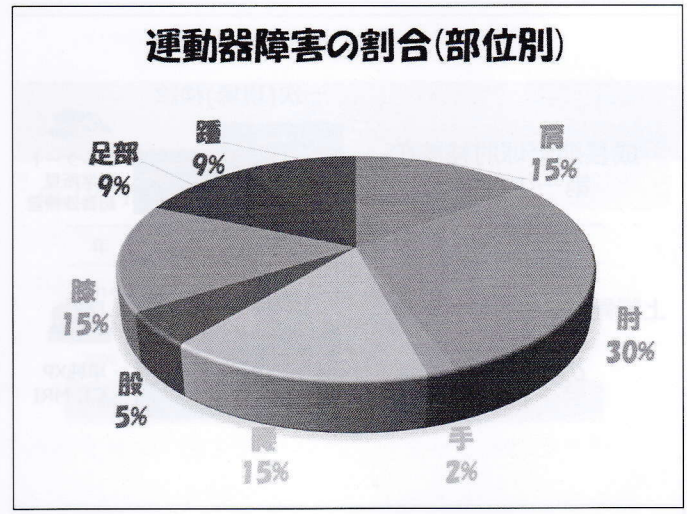


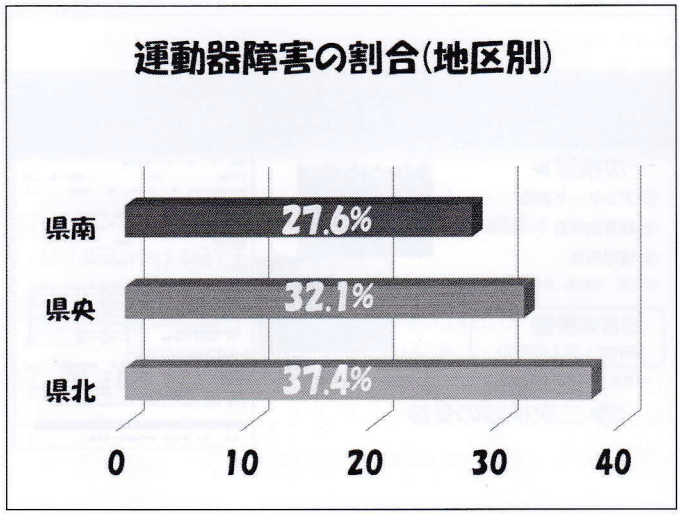
自治医大　中島寛大先生らの提供


選手基礎データ（ポジション）
小中学生
高校生
ピッチャー
キャッチャー
内野手
外野手
20%
46%
22%
12%
14%
20%
54%
12%


野球肘障害
定義：肘の自覚痛,内側上顆・腕橈関節・肘頭の圧痛,
外反ストレス,過伸展ストレステストいずれかが陽性
計1665名
障害無し，1160名
(69.7%)
障害有り，505名
(30.3%)
自治医大　中島寛大先生からの提供


野球肘障害　（学年別）
定義：肘の自覚痛,内側上顆・腕橈関節・肘頭の圧痛,
外反ストレス,過伸展ストレステストいずれかが陽性
小中学生 n=1363
高校生 n=302
26%
74%
障害有り
障害無し
42%
58%
障害有り
障害無し


運動器障害の割合(部位別)
足部
9%
9%
15%
膝
15%
肘
30%
股
5%
15%
2%


運動器障害の割合(地区別)
県南
27.6%
県央
32.1%
県北
37.4%
0
10
20
30
40

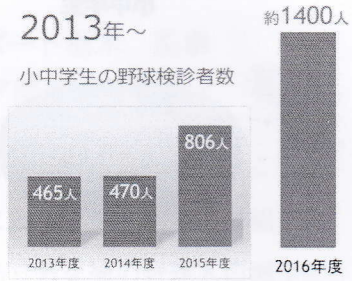
これからもどうぞよろしくお願い致します

栃木県での成長期野球選手におけるOCD発生頻度の報告

NPO法人 MSBP栃木
飯島裕生

NPO法人 野球医療サポート栃木

(Medical Support for Baseball Players in Tochigi : MSBP-Tochigi)



成長期野球肘検診の第一の目的

↓

上腕骨小頭離断性骨軟骨炎
(OCD)
の早期発見

一次(現場)検診

・アンケート
・理学所見
・超音波検査

二次(病院)検診

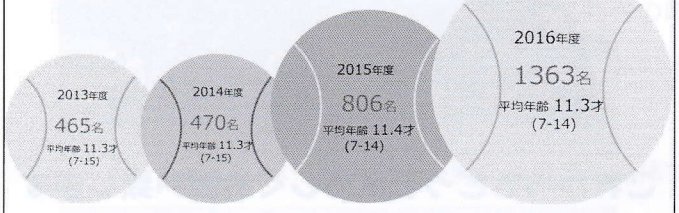
・単純XP
・CT, MRI

目的

栃木県においてこれまで4年間行った
成長期野球肘検診での上腕骨小頭OCDの
発生頻度を検討すること

対象

2013～2016年度の4シーズンに野球肘検診に
参加した小中学生のべ3096名



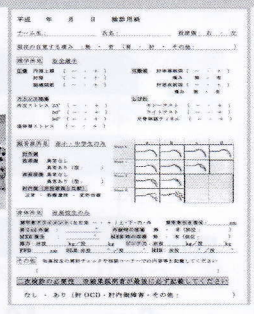
方法

一次検診▶
① アンケート調査
② 超音波検査（小頭のみ）
③ 理学所見
（肘圧痛、可動域、外反ストレス、しびれ）

超音波検査
Stage Ⅰ以上のもの

⇒ 家族、監督、選手へ説明し、その場で紹介状を手渡す

➡ 二次検診の受診



方法

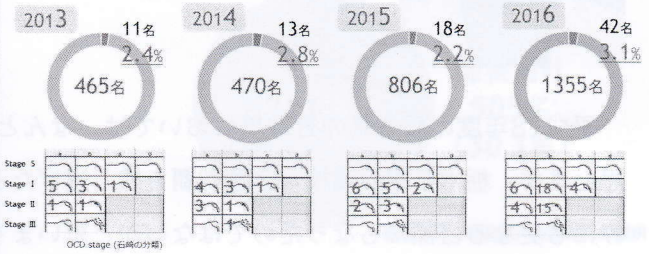
検討項目

・各年度のOCDの発生頻度

・OCD群と非OCD群の比較(2016年度)

結果

OCDの発生頻度



結果

OCD群と非OCD群の比較

	OCD群(n=42)	非OCD群(n=1313)	p値
年齢(歳)	11.9±2.0	11.7±1.6	0.31
● 野球経験年数(年)	4.1±2.1	3.3±1.8	0.003
投手の割合(%)	54.5	50.9	0.64
練習時間：平日(時間)	2.0±0.8	2.1±1.8	0.67
練習時間：休日(時間)	5.9±2.3	5.6±2.3	0.38
● 投球時の上肢のしびれ(%)	20.9	9.9	0.018
肘内側障害の合併(%)	29.5	21.3	0.17

student t 検定，カイ二乗検定を用い，$p<0.05$を有意差ありとした

考察

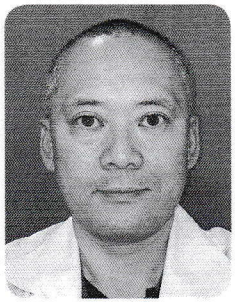
OCDの発生頻度に関する報告

年	報告者	選手数	平均年齢	OCD発生頻度
2014	Matsuura	1040	10.7	2.1 %
2014	Kida	2433	14.5	3.4 %
2006	Harada	153	11.0	1.3 %
今報告		のべ3119	11.6	2.9 %

結語

・4年間の野球肘検診において、OCDの発生頻度は平均2.9%であった

・OCD群では野球経験年数と投球時の上肢しびれの率が非OCD群と比較して有意に高かった



NPO法人野球医療サポート栃木（MSBP）会誌創刊にあたり

NPO 法人野球医療サポート栃木　監事
那須赤十字病院緩和ケア部長　石川　和由

平成28年度の栃木県の野球界においては、なんと言っても作新学院の甲子園優勝が記憶に新しいことと思います。栃木県内の高校が全国制覇を成し遂げたということは、県内の球児にとっても野球に取り組む励みにも更なる目標にもなったのではないかと思います。昨今、少子化の影響もあり若年層の野球人口減少が顕著となっています。中には、野球によるスポーツ障害のために思うようにプレーできない球児やプレーの継続を断念せざるを得ない球児もいると考えられます。このような球児を減らし各自が目標に向かって全力でプレーできるようサポートすべく、今後はスポーツ障害を未然に防いでいくことも考える必要があるのではないでしょうか。

私は、小中高と野球に明け暮れた少年時代を過ごしましたが、常に野球肘・肩障害に悩んだ一人でした。当時は、肘・肩痛がでたら少し休んで痛みが引いたらまた投げる、そしてまた痛くなるの繰り返しでした。高校3年のころには、練習ではボールを投げずに、試合のときだけボールを投げるといった状況でした。近所の整形外科に行って診察を受けましたが、痛み止めの薬を処方され無理しないでねと言われ様子を見る日々でした。私の周りでも、同様に野球肘・肩障害などが原因で思うようにプレーできない球児や野球をやめた球児の話をちらほらと耳にしたのを記憶しています。

私は、緩和ケアという野球に関連の少ない分野を専門としておりますが、未然に障害（緩和ケアにおいては様々なつらさ）を防ぐという意味では相通ずるものがあるのではないかと思っています。MSBP笹沼理事長や矢野副理事長から活動の趣旨を聞き、いたく感銘を受けたため何か役に立てることはないかと活動に参加させてもらうことになりました。MSBPでは主にホームページ（HP）作成を担当しております。HPでは、MSBPの活動内容・状況を中心に皆様にわかりやすく情報提供できるよう心がけています。また、球児たちがこのHPを見ることで、自分自身の健康管理に興味を持ったりMSBPの活動を知り将来的にこのような活動に参加し次の世代のサポートにつなげてもらえたらと思っています。可能な限り改善してまいりたいところですが、いかんせん素人の作るHPですので見づらいところなど多々ありますことご容赦願いたいと思います。また、HPに対するご要望等ございましたらお申し付けください。MSBPを通して、球児の健康面でのサポートの一助になれば幸いです。私たちの時代も含めて過去にこのような活動があり専門的な指導や検診・治療を受けることができたとしたら、私の球児時代はどうなっていたかなと思ってしまう今日この頃です。

一人でも多くの球児が大好きな野球を健康な身体で生涯にわたって楽しんでもらえるよう心より願っております。最後に、MSBPの活動に対しご理解ご協力を賜り支えてくださる関係者の皆様に心より感謝申し上げます。

野球選手の医療を行う診療所として

薬師寺運動器クリニック　　伊澤　一彦

野球選手の治療を行ううえで、運動器リハビリの重要性は言うまでもなく、薬を処方し「痛ければ投球禁止・痛みが取れれば投げてよい」という指導では解決になりません。

野球に関心の高い理学療法士と医師が、野球の現場側を考慮しながら治療に取り組む必要があります。

医療側が関わるのは、筋・腱・靭帯・骨などの運動器の問題のこともあれば、フォームや柔軟性などの選手の機能・動作の問題もあります。また、練習の強度や頻度などチーム側に委ねられる問題があり、さらには選手個人の意識、自主トレの実施、一般的な健康管理などもあって、簡単ではありません。

野球を続けながら来られる時だけリハビリを受けるという状況も多く、思うように治療が進まずに大会が近づいてくると、心理的にも選手を追い込むことがあるようです。限られた時間で現場に戻り活躍できるかという、結果が求められる診療でもあります。

当院のような診療所は、外来は原則午前だけという多くの病院と比べれば、夕方遅くまで診療を行うことで選手が受診しやすいという利点があります。学校が終わった後に学童から高校生が来院し、ときには大学生や社会人チームの選手まで、多くの野球選手の症例に接することになります。学童の頃から診察をしてきた選手が成長し、大人になっていくまでフォローできるかもしれないという点で、医療側はチームの指導者よりも選手と長期にわたり関わっていく可能性もあります。

選手が抱える身体的な問題は、自分の施設で対応できるものもあれば、病院へ紹介する必要のあるものもあります。限られた時間で対応するためには、検査の依頼、診察依頼が必要かどうか早めに判断することも求められ、そのためには医療側の野球医療に関する知識や診断・評価技術が求められます。

さらに、チームがどの程度強いのか、選手がチームの中でおかれた立場がどうなのか、次の大会が選手の進路に関わるのかどうか、いろいろ考慮する必要もあります。

診察室やリハビリ室で待っているだけでは選手の様子は十分には把握できないものと思われます。本来は医療側がもっと現場へ近づき、指導者・選手・保護者・トレーナーなどとのコミュニケーションをグラウンドレベルでとるべきなのだろうと考えます。信頼関係の構築をしたうえで、フィードバックとしての選手の活躍を観戦するところまでフォローできることが理想でしょう。現実的には診療の合間を縫って野球場や校庭に足を運ぶのは容易なことではありません。特に研究や発表をされることの多い大学の先生方は大変ご多忙のことと察します。さらには、診療に必要な知識を増やし、野球医療に関連した人脈を築くうえで、いろいろな学会・研究会・研修会にも足を運ぶ必要があります。

当然、医療側にも日常の診療がありますので、多くを見届けることはできないですが、日程さえ合えば、治療に関わった選手の試合会場に積極的に足を運ぶべきと個人的には思っています。日程が把握しやすいことや患者数を考慮すると高校野球が主体にはなりがちですが、社会人から学童まで幅広く観てみたいものです。

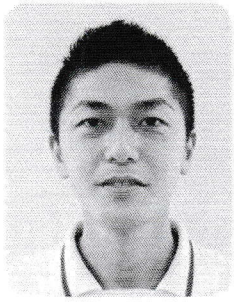
治療の結果どの程度プレーできたかについて、土曜・日曜・休日に行われる試合を観て本人の声を聴くのももちろんですが、投手で言えば球速、被安打、奪三振、与えた四死球など、打者で言えば安打数や打点など、数字でシビアに結果が出てきます。高校野球の県大会になれば本部で公式記録としてのスコアも入手できてしまいます。これらも治療成績の一部といってもいいのかもしれません。そしてこれらが、選手の人生を左右することがあるわけで、上を目指す選手の治療には医療側も心して取り組む必要があります。

たかが野球と思う方も世の中にはいるでしょうが、いろいろ関わってみるとされど野球であり、選手を取り巻く諸事情を踏まえると、奥の深い診療です。

栃木の野球選手が故障をすることなく、上のステージを目指していけるように医療面からサポートをしていく、という趣旨でMSBPの活動が持続できるよう、広い視野で野球選手に関わっていただけるメンバーが増えていくことを願っています。月並みですが、肩・肘・腰などの疾患を診るのではなく、問題を抱えた選手という人間を医療で応援していくというスタンスで行きましょう。

いつかサポートをした選手が、プロ選手になることや、MSBPのメンバーとして加わる日がくることも楽しみにしたいと思います。

MSBPの皆様、とりわけコアメンバーの皆様のご尽力と、県高野連をはじめ栃木県青少年野球団体協議会の皆様のおかげで、栃木県の野球選手を医療から支えていく活動は、全国的にみても活発なものになってきました。栃木県内外の医療や野球に関わる方々から一層注目される組織として活動していければと思います。今後とも皆様のご理解・ご協力・ご支援をよろしくお願い申し上げます。



リハビリスタッフからみたMSBP活動・広域検診について

石橋総合病院　リハビリテーション科　　押山　徳

近年、全国的に投球障害の早期発見・治療を目的とした検診やメディカルチェックが行われるようになり、2013年から栃木県においても検診活動が広まっていきました。当初から医師とともにリハビリスタッフ（理学療法士や作業療法士等）も関わらせていただき協働してきました。年を重ねるごとに検診活動の規模も大きくなり、栃木県全域にわたって行われるようになり、今年度の野球検診では、栃木県を5地区に分けて大規模に行われました。

各地区での検診にそれぞれ20名以上のリハビリスタッフが参加し、全5回の検診ではのべ120名以上のリハビリスタッフが検診に協力して頂きました。検診では、医師が肩や肘の理学所見や肘関節の超音波画像診断装置を用いた検査を行い、リハビリスタッフは、小・中学生に対して運動指導やストレッチ指導を実施し、高校生に対しては運動指導、ストレッチ指導に加えて身体機能のチェックを実施しました。高校生への身体機能チェックは、肩周りや骨盤帯の柔軟性をチェックし、具体的には胸郭と肩甲骨の動きや肩甲上腕関節の柔軟性、握力や母指と小指のピンチ力、立位での体前屈、SLRや股関節の内旋といった股関節周りの柔軟性をチェックしました。また、それらのチェック項目の意味合いと結果を紙面にて選手へフィードバックすることで自身の身体機能の状態や特徴を認識するよう働きかけました。

投球動作は下肢・体幹・上肢の複合関節による運動連鎖によって行われており、オーバーユースや非効率的な運動連鎖、あるいはフォームなどによって肩・肘関節に器質的あるいは機能的に破綻をきたし障害が発生すると考えられます。また、投球障害と身体機能の関連性については、肩甲帯や骨盤帯との関連が多数報告されています。これらに対し可能な限り障害を予防できるよう、選手個々がそれぞれの自己身体機能の特徴を把握する必要があると考え、不十分ながらも可能な限り選手個々の個別性に合わせたストレッチ指導や運動指導をすることを心がけて行いました。

リハビリテーションは予防医学としての側面を有しており、身体機能を評価、向上させるプロフェッショナルであるのならば、障害が発生してからの病院での治療だけではなく、このような検診のように予防的観点の活動を行うことで、野球選手を障害から守るために微力ながら力になれるのではないかと考えています．また、こういった活動に参加することは、私たちリハビリスタッフにとっても貴重な経験となり、投球障害への理解も深まります。さらには、このような検診活動を通して未来ある野球選手の障害を減らすことに少しでも力になれるのであればそれはこの上ない喜びでもあります。

今後もこの活動を継続していくにあたって、この機会を選手にとってより有意義なものにするためにもリハビリスタッフとして何をすべきかを模索して、野球選手の未来に向けて少しでもサポートが出来ればと思います。

かけがえのない命の手助け…

『人と医療』のパートナー

サンメディックス株式会社

本　　社　〒103-0022　東京都中央区日本橋室町2-2-1
TEL 03-3231-6510　FAX 03-3231-6512
門前仲町別館　〒135-0047　東京都江東区富岡2-11-6HASEMANビル6F
TEL 03-5639-3431　FAX 03-3643-4110

□宇都宮支店　〒320-0074　栃木県宇都宮市細谷町388-1　TEL: 028-616-1580(代)　FAX:028-623-7350
□東京第一支店　〒179-0075　東京都練馬区高松6-35-15　TEL: 03-5923-6235(代)　FAX:03-5393-3057
□東京第二支店　〒130-0014　東京都墨田区亀沢4-17-12　TEL: 03-5619-4551(代)　FAX:03-6859-0016
□東京第三支店　〒168-0063　東京都杉並区和泉1-22-19　TEL: 03-6680-0460(代)　FAX:03-6680-0538
□横 浜 支 店　〒240-0006　神奈川県横浜市保土ヶ谷区神戸町134　TEL: 045-348-7260(代)　FAX:045-348-7261
□相模原支店　〒252-0236　神奈川県相模原市中央区富士見6-15-2　TEL: 042-756-4234(代)　FAX:042-776-9092
□首都圏物流センター　〒143-0006　東京都大田区平和島6-1-1 東京流通センターA棟3F　TEL: 03-5764-5110(代)　FAX:03-5764-5119

□小山営業所　0285-30-3388(代)
□佐野営業所　0283-21-1007(代)
□水戸営業所　029-305-6125(代)
□筑波営業所　029-850-5185(代)
□前橋営業所　027-280-4433(代)
□埼玉営業所　048-640-6621(代)
□埼玉西営業所　0493-21-7310(代)
□千葉営業所　043-244-6322(代)
□多摩営業所　042-348-5011(代)
□川崎営業所　044-870-6377(代)
□厚木営業所　046-296-2822(代)
□山梨出張所　055-280-8015(代)
□長野営業所　026-229-8030(代)
□松本営業所　0263-24-1125(代)
□名古屋営業所　052-218-2735(代)

URL : http://www.sunmedix.co.jp　E-mail : mailbox@sunmedix.co.jp

日本イーライリリー株式会社は、イーライリリー・アンド・カンパニーの子会社で、人々がより長く、より健康で、充実した生活を実現できるよう革新的な医薬品の開発・製造・輸入・販売を通じて日本の医療に貢献しています。

提供中の治療薬	統合失調症、うつ、双極性障害、注意欠如・多動症（AD/HD）、疼痛、がん、糖尿病、成長障害、骨粗鬆症、乾癬など
開発中の治療薬・診断薬	アルツハイマー型認知症、関節リウマチなど

革新的製品に思いやりを込めて。

日本イーライリリー株式会社
〒651-0086 神戸市中央区磯上通 7-1-5
www.lilly.co.jp

命を明日につなぐ。希望は世界中にある。

課題と国境を越えて、人々の明日をひらく製薬会社、ヤンセンファーマ。

世界のすべてが、私たちの研究室。
病と懸命に闘う患者さんのために、最高の科学と、独創的な知性、
世界中の力を合わせ、新しい可能性を切り拓く。

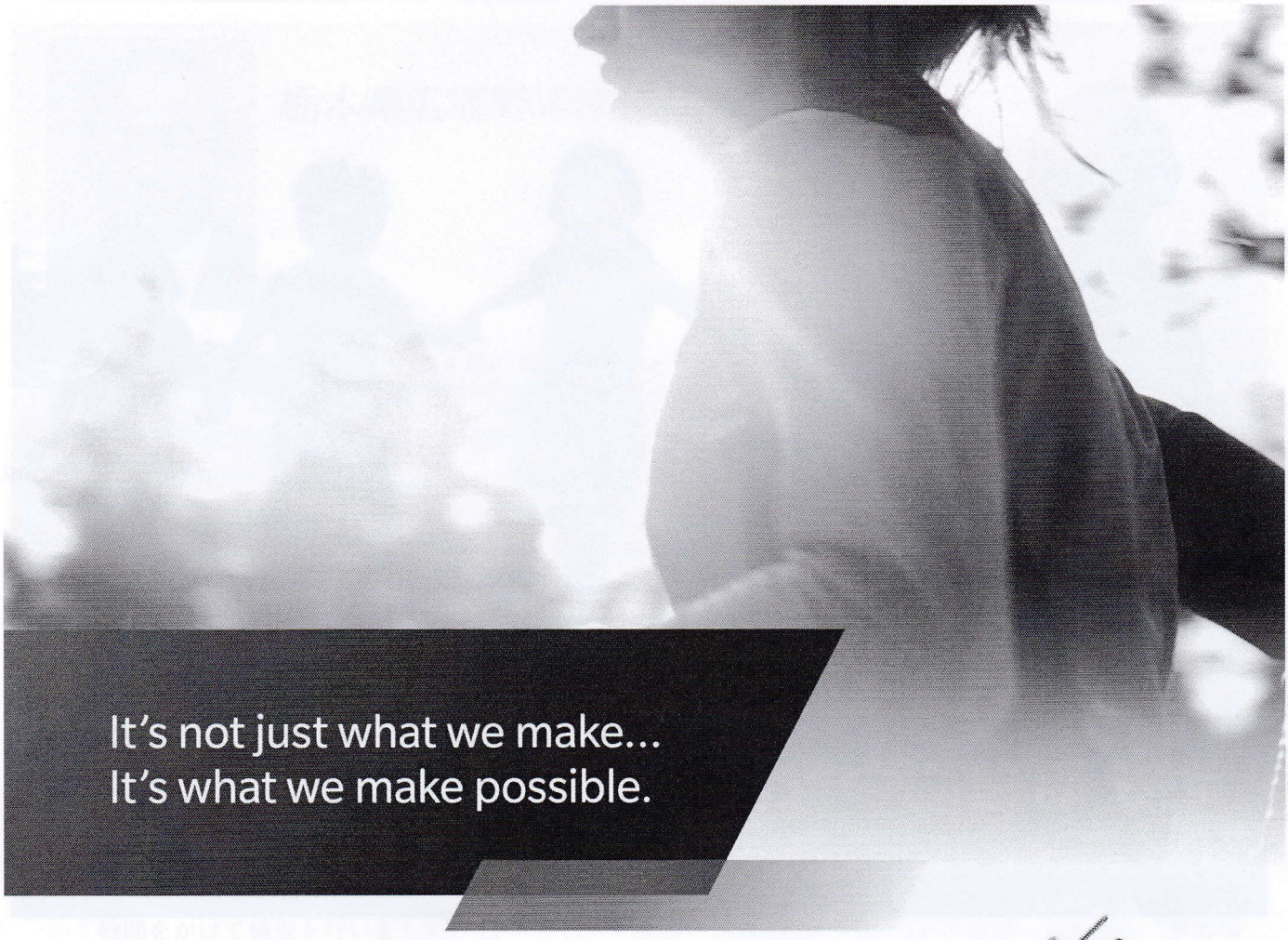
すべては、私たちの解決策を待つ、ひとつの命のために。
複雑な課題にこそ挑んでいく。
新しい薬を創るだけではなく、それを最適な方法で提供する。

革新的な薬や治療法を、届ける。
世界中に、私たちを待つ人がいる限り。

誰もが健やかに、いきいきと暮らす社会。
そんな「当たり前」の願いのために、自ら変化し、努力を続けます。

ヤンセンファーマ株式会社
www.janssen.com/japan

Janssen
PHARMACEUTICAL COMPANIES
OF Johnson&Johnson



Zimmer Biomet は可能性を追い求めます。

私たちは現状に満足せず、改善のために何ができるかを探求し続け
整形外科領域の発展のために日々全力で取り組みます。

それこそが私たちの使命であり、これからも果たすべき責務です。

私たちは常に患者さんの立場でものを考え、優れた臨床成績を
生み出すために適した環境を医療従事者のみなさまに提供できるよう
努力し続けることを約束します。

販売名：コンプリヘンシブ リバース ショルダーシステム	医療機器製造販売承認番号：22700BZX00232000
販売名：トラベキュラーメタル リバースショルダーシステム	医療機器製造販売承認番号：22500BZX00475000
販売名：コンプリヘンシブ ショルダー プライマリー ステム	医療機器製造販売承認番号：22200BZX00934000
販売名：Nexel Elbow システム	医療機器製造販売承認番号：22600BZX00215000
販売名：K エルボーシステム	医療機器製造販売承認番号：21900BZX01136000

© 2015 Zimmer Biomet.
Legal manufacturer of the Anatomical Shoulder Domelock, Trabecular Metal Reverse Shoulder and Nexel Total Elbow is Zimmer Inc. Legal manufacturer of the Comprehensive Total Shoulder is Biomet, Inc.

ジンマー バイオメット http://www.zimmerbiomet.com/ja
本社 〒105-0011 東京都港区芝公園二丁目 11 番 1 号 住友不動産芝公園タワー 15 階
Tel. 03-6402-6600(代)

ZIMMER BIOMET
Your progress. Our promise.™

www.alcare.co.jp

for Best Care ALCARE

汎用超音波画像診断装置

Venue 50
Musculoskeletal

The vision of point-of-care ultrasound

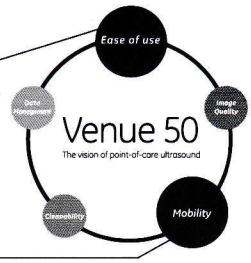
超音波で運動器の動きを診る

医療機器認証番号:221ABBZX00092000

アルケア株式会社
東京都墨田区錦糸1-2-1 アルカセントラル19F 〒130-0013
TEL.03-5611-7800(代表) FAX.03-5611-7825

Ease of use

その場ですぐに意のままに。
起動わずか16秒。
フルタッチスクリーンで直感的な
簡単操作を実現します。



Mobility

必要な機能に絞ることで
軽量小型化を実現

外来診察室の限られたスペースにも置きやすく、
日常の診療で使いやすいよう、ボディの軽量・小型化を実現。

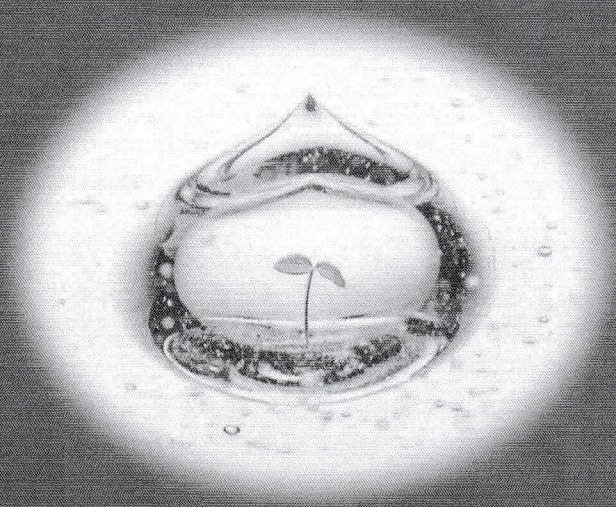
超音波の撮り方と画像の見方をサポートする
eSmart Trainer-Japan edition- 標準搭載

スキャン画像の画面左にサムネイルで、プローブの当て方見本、正常な画像見本などを表示。教科書を広げなくても、超音波の基本走査を、画面内で確認することができ、はじめての方でも、正しいスキャンができるようにサポートします。

アルケアはGEヘルスケア・ジャパン株式会社と
Venue 50 Musculoskeletalの独占販売契約をいたしました

お問い合わせ：コールセンター
フリーダイヤル **0120-770-863**
土・日・祝日を除く
午前9：00～午後5：00

Turning a new leaf.



(株)日本エム・ディ・エムは、医療機器販売と開発を通して、人々の健康的な生活に貢献している企業です。

日本エム・ディ・エム
JAPAN MEDICAL DYNAMIC MARKETING

〒162-0066 東京都新宿区市谷台町12-2
TEL:03(3341)6545 FAX:03(3341)6752

編集後記と会報誌創刊に寄せて

MSBP 野球医療サポート栃木 代表　　笹沼　秀幸

「スポーツにけがはつきもの」とは使い古された台詞ですが、根性論やスパルタ式だけでは現代のこどもを健全に育成できない？・・と一人の親として感じる身の上となりました。

栃木県は2大学病院、医療圏ごとに配置された中核病院、そしてプライマリケアを担うクリニックがほどよく連携し、保健医療の観点から言えば住みやすい地域だと思います。ただ、「専門性の高いスポーツ医学治療」に関していえば、プロ・社会人チーム、大学運動部を数多く有する首都圏に比べてまだ遅れていると感じます。ご存知の通り、栃木県には全国・世界レベルで活躍するスポーツ選手がたくさんいます。「地元の選手を地元で治してあげたい！ケガの予防もしてあげたい！」という思いから、2013年6月、この主旨に賛同してくれた仲間と「野球医療サポート栃木（Medical Support for Baseball Players in Tochigi）」を立ち上げました。2015年にはNPO法人化しました。現在は栃木県青少年野球協議会のメディカル部門を担当させて頂いております。

活動当初より、栃木県高校野球連盟、獨協医科大学、自治医科大学の多大なご協力を頂きました。また、2016年度の栃木県広域野球肘検診の開催にあたり、栃木県臨床整形外科医会の皆様の応援・協力を頂きました。活動に際して温かいご支援を多くの方々から頂いております。この場を借りて深くお礼申し上げます。

ありがたい話で発足から5年で、事業がどんどん展開しています。こんな時こそ「初心忘るべからず」という思いで会報誌の作成を試みました。皆様のお役に立てば幸いです。

発行・編集　NPO法人野球医療サポート栃木
事務局：自治医科大学　整形外科学教室
〒329-0498 栃木県下野市薬師寺3311-1
TEL：0285-58-7374

印刷　㈱松井ピ・テ・オ・印刷
〒321-0904　栃木県宇都宮市陽東5-9-21
TEL：028-662-2511㈹