

『メディカルサポート × SDGs』

— 生涯スポーツを支援する 2024 —



キーワード

メディカルサポートSDGs、生涯スポーツ、健康維持・増進、ボランティア活動、教育

● 取り組んだきっかけ

私たちの身体と心の健康を保つためには、個人に合った適度な「運動」、「栄養・食生活」、疲労回復と充実した人生を目指す「休養」が必要です（厚生労働省、2007）。

私たちは、この健康づくりの三要素の中で医療の立場から運動を中心とした身体活動より得られる疾病予防と生きがいに着目してきました。



● 具体的な内容

静岡県内で開催されるスポーツイベントの企画・運営の補助、チームサポート活動を2010年より行っています。この支援活動の対象は、幼児から高齢者までとし、競技レベルを育成年代を含む一般からプロフェッショナルレベルとしています。また、私たちのメディカルサポートSDGsはサッカー、バスケットボール、マラソンなどのスポーツ支援の他、検診事業や地域のお子さんを対象とした運動発達支援、高齢者健康増進事業など多岐にわたります。そして、私たちは参加される皆様の健康維持・増進を目的とした研究活動も実践しています^{1, 2)}。

● 活動の目的

生涯スポーツの実施が健康維持・増進の一助となることは、多くの先行研究より支持されています。こうした背景を基に、私たちは生涯スポーツ参加者の健康維持・増進を医療職として支援することを活動の目的としています。そして、この活動は静岡理学療法学科の卒業生と在学生による継続した共同事業となり、①長期の地域貢献を実現、②卒業前後の教育実践と人間力の構築へと発展することを可能としています。

● 期待される効果

生涯スポーツを楽しまれている方は、生活習慣病などが少ないことが予測され、競技によっては外傷などが多いことが推察されます。この結果の理解により、生涯スポーツの利点と欠点が抽出され、健康増進の方策だけでなく、欠点对策の検証の一助となることが考えられます²⁾。さらに、当ボランティア活動に参加する卒業生と在学生は、対象者の身体能力に関する理解に加え、大規模イベントのメディカルサポートについて実践教育が得られています。このメディカルサポートSDGsの期待される効果には、参加する私たちの人間力の成長も含まれ、その成長が地域貢献につながると理解しています。



【論文】 1) シニアサッカー選手における過去の足関節捻挫時の対応と現在の身体活動量および座位時間の関連, 体力科学, 2022.
2) シニアサッカー選手と一般住民の健康状態の比較, 日本臨床スポーツ医学会誌, 2023. ほか

メディカルサポートSDGs : 「生涯スポーツ」のもつ多角的な健康への効果を

“メディカルサポート”により活性化し、本邦の健康維持・増進に寄与すること

教員名: 栗田 泰成 (Yasunari KURITA)

所属学部・学科:

健康科学部・静岡理学療法学科

職位: 准教授



◎連携先:

浜松医科大学 健康社会医学講座、清水エスパルス、常葉大学リハビリテーション病院、静岡県サッカー協会、静岡県シニアサッカー委員会、静岡マラソン実行委員会、エフエムしみず、静岡社会健康医学大学院大学 など