

## 第26回日本健康支援学会年次学術大会

(Shimadzu Tokyo Innovation Plaza, 2025/3/7-8)

### 中学入学前のスポーツ経験と中学1年時の受傷者割合の関連

○中西慶汰郎<sup>1)</sup>、笹井浩行<sup>2)</sup>、中田由夫<sup>3)</sup>、種田行男<sup>4)</sup>、重松良祐<sup>4)</sup>

1) 中京大学スポーツ科学部、2) 東京都健康長寿医療センター研究所、  
3) 筑波大学体育系、4) 中京大学スポーツ科学研究科

【目的】中学1年生は、体格が大きく体力の高い上級生とともに部活動などでスポーツをおこなう。特に中学入学後にスポーツを始めた人では、上級生と同じ練習や試合をこなすための体格や体力を備えていないことから相対的に負荷が高くなるため、受傷リスクが高まる可能性があるが、そのエビデンスは見当たらない。本研究では、中学入学後にスポーツを始めたか否かで受傷者割合が異なるかを検討した。

【方法】2024年度に中京大学スポーツ科学部に入学した738人を対象に、小・中学校におけるスポーツ傷害に関する質問紙調査を実施した。その回答から中学入学後にスポーツを始めたデビュー群と入学前からスポーツをおこなっていた継続群に分類し、中学1年時の受傷者割合を比較した。また、デビュー群と継続群における性、学校設置者区分（公立・私立）、中学入学以前に成長ピークを迎えた人の割合などの要因に偏りがあるかを分析した。

【結果】630人（男417人、女213人）が中学校在学時にスポーツを実施していた（デビュー群181人、継続群449人）。2群間の受傷者割合に有意差はみられなかった（8.7%、8.8%、継続群のデビュー群に対するオッズ比:0.98 [95%信頼区間0.52—1.94]）。いずれの要因にも有意差はみられなかった。

【結論】デビュー群と継続群の間で、受傷者割合に差はみられなかった。今後は、中学入学前のスポーツ経験ではない別の観点から、スポーツ傷害予防についてアプローチする必要がある。

### 国際・全国大会レベルの中高校生における指導環境とスポーツ傷害の関連

○石原大空<sup>1)</sup>、笹井浩行<sup>2)</sup>、中田由夫<sup>3)</sup>、種田行男<sup>4)</sup>、重松良祐<sup>4)</sup>

1) 中京大学スポーツ科学部、2) 東京都健康長寿医療センター研究所、  
3) 筑波大学体育系、4) 中京大学スポーツ科学研究科

【目的】トップアスリートは高強度の練習を繰り返すため、身体への負担が大きく、それに耐えうる体格・体力不足やケア不足が加わると受傷リスクが高まる。一方で受傷しない者もあり、その理由に傷害予防指導の体制や、医療スタッフの配置といった指導環境の違いが想定される。本研究では、トップレベルにあった者の指導環境とスポーツ傷害の関連を後方視的に検証することとした。

【方法】中京大学スポーツ科学部の2024年度の入学生738名に指導環境とスポーツ傷害に関して質問紙調査を実施し、中学校期（149名）あるいは高校期（191名）に国際大会・全国大会への出場経験のあった277名を抽出した。

【結果】中学校期では51名（34%）、高校期では95名（50%）が受傷していた。中学校期では、基礎トレーニングを実施している群の38%、実施していない群の17%が受傷していた（実施群のオッズ比2.99 [95%信頼区間0.92, 12.78]）。高校期では、傷害予防指導がなされている群の43%、なされていない群の65%が受傷していた（指導あり群のオッズ比0.41 [0.20, 0.81]）。

【結論】中学校期では、基礎トレーニングによる過負荷が受傷に繋がる可能性が示唆された。一方で、高校期では傷害予防指導の有用性が示唆された。今後は、運動時間や種目、外傷と障害の区分といった視点を含める等、複眼的に検討する必要がある。

