

エッセイ

「少年野球選手の未来を守る -播磨メディカルチェック研究会の取り組み」

ふじい 院長 藤井 憲之^{のりゆき}



住 所: 加古川市別府町別府967-17
T E L: 079-437-3789
営業内容: 整骨、接骨(柔道整復)、鍼灸

私は整骨院の院長として日々の施術に取り組む傍ら、柔道整復師・鍼灸師として「播磨メディカルチェック研究会(以下、HMC S)」の副会長として、地域の少年野球選手の健全なスポーツ活動をサポートしています。

成長期の子どもにとってスポーツは、心身の発達を促すかけがえのない時間です。しかし、投球動作などによる肘への負担は見過ごせず、放置すれば将来の競技生活や健康に深刻な影響を及ぼす可能性があります。

こうした課題に対し、HMC

CSは「職種の垣根を超えてスポーツ選手を現場で支援する」という理念のもと、医師・理学療法士・柔道整復師・鍼灸師・トレーナーなど多職種によつて2014年に正式発足しました。HMC Sの活動の柱は、少年野球チームを対象に実施する「野球肘検診・フィジカルチェック」と、会員の知識・技術を高めるための「研修会」です。検診では、地域の体育館や練習場に出向き、医師による肘の検査や超音波検査、機能評価を通じて、選手の身体の状態を確認します。

野球肘は痛みを伴わず進行することも多く、現場での早期発見は重症化や手術のリスクを減らし、選手・保護者双方の安心感につながります。特に小学校高学年から中学生にかけての「第2発育急進期」は、骨の成長が急速に進む一方で柔軟性が低下し、障害リスクが高まる時期です。このタイミングに身体の使用方やセルフケアの重要性を伝えることは、予防だけでなく、子



野球肘の検診風景

どもたちが自分の身体と向き合うきっかけにもなります。検診は単なるケガのチェックではなく、無理をしない勇気を育む学びの場でもあるのです。

また現場活動だけでなく、定期的に開催している研修会や勉強会では、最新のスポーツ医学やトレーニング理論、障害予防の実践例などを共有することで、現場への還元が進み、地域全体の支援力が高まります。

こうした取り組みを通じて、医療機関や学校、保護者とのネットワークも広がり、「地域ぐるみで子どもたちを支える」という意識が着実に根づいてきていることを実感します。以前、検診で初期の野球肘を発見し、適切な休養とリハビリで競技復帰を果たした選手の保護者から「これで安心して野球を続けることができます」と感謝の言葉をいただいたことは、活動の大きな励みになりました。

スポーツは技術や競技力の向上だけでなく、人としての成長や地域の絆を育む力を持っています。私たちHMC Sは、そのスポーツ文化の土台を「安全」と「健康」の面から支える役割を担っていると自負しています。今後も地域の少年野球選手が安全かつ健全にスポーツに打ち込める環境づくりに努め、より多くの子どもたちが夢を追い続けられるようサポートしてまいります。