別冊 大阪マラソン 特集版



2020.3 No.287



第9回 大阪マラソン大会 ケアステーション報告

(公社) 大阪府鍼灸師会 スポーツ鍼灸プロジェクト委員会

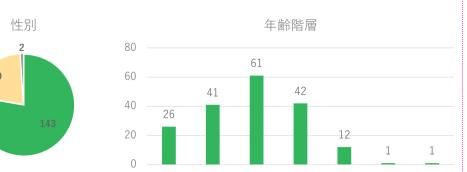
鍼灸の普及啓発と スポーツボランティア活動

2019年12月1日(日)に開催された第9回 大阪マラソン大会において、23名の会員と16 名の学生スタッフによるボランティア活動を実 施、利用者は184名であった。

スポーツ鍼灸プロジェクト委員会では、前年度の活動の調査分析結果から、提供内容の改善、調査票の見直しを行い、事前研修会を実施し実践に備えた。提供内容については、鍼灸師によるケアの特性を活かすため、パイオネックスの貼付と電気温灸器の使用を積極的に実施した。また、より正確なデータ収集の収集を目指し、問診票とアンケート票の記入漏れの防止を徹底した。

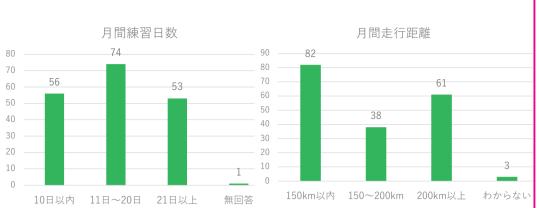


利用者の属性

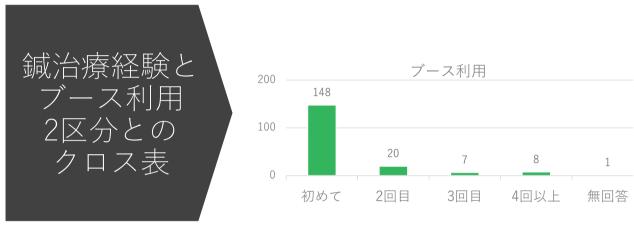


■ 男性 ■ 女性 ■ 無回答 20歳代 30歳代 40歳代 50歳代 60歳代 70歳代 無回答 利用者は、男性 78%(143 名)、女性 21%(39 名) で、40歳代が最も多く、次いで 50歳代であった。

利用者の情報



ブース利用

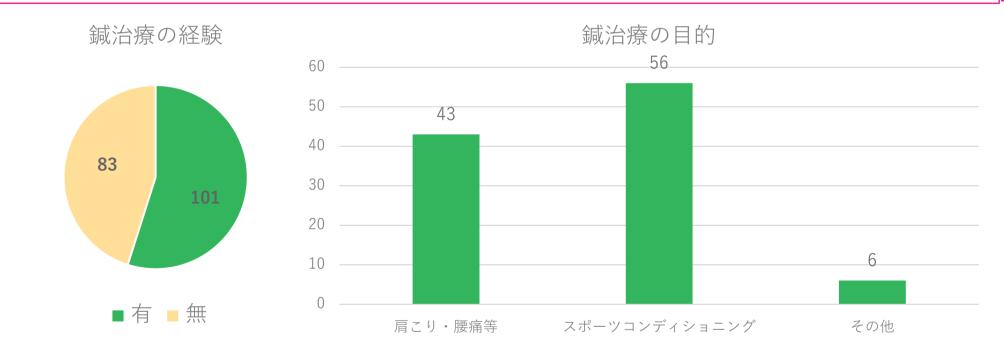


| | | ブース利用 | | 合計 | |
|-------|---|--------|--------|--------|------|
| | | はじめて 2 | 回以上 | | P値 |
| 鍼治療経験 | 有 | 74 | 26 | 132 | |
| | | 50.0% | 74.3% | 71.7% | |
| | 無 | 74 | 9 | 52 | .007 |
| | | 50.0% | 25.7% | 28.3% | .007 |
| 合計 | | 148 | 35 | 184 | |
| | | 100.0% | 100.0% | 100.0% | |

Fishierの正確確率検定 P<0.05 無回答を除く

ブースを2回以上利用した人は、初めて利用するより鍼治療の経験がある人の割合が有意に多かった。

ハリ施術経験と目的



鍼治療経験者のうち、主に肩こり・腰痛等の緩和が目的の人が 43%(43 名)、スポーツコンディショニングが目的の人が 55% (56 名) であった(複数回答)。

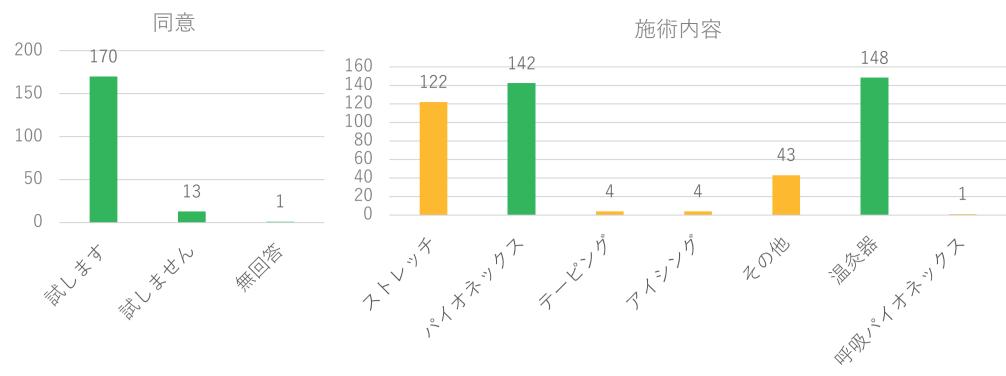
利用者が気になると選択した部位



指摘部位の状態



パイオネックスと電気温灸器の同意と実施



※ 待ち時間を利用して、お灸(電気温灸器)の効果の説明、試用を実施した。

今回を機に 日頃のコンディショニングに 鍼灸を利用したいと思いましたか

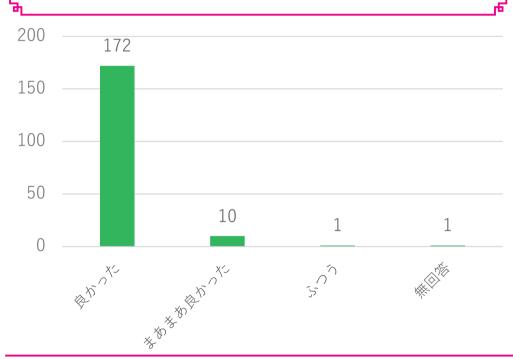


| | 思う | 思わない | 思案中 | 無回答 |
|---------|--------|----------|--------|--------|
| 鍼治療の経験有 | 7 | 7 0 | 23 | 1 |
| | 58.39 | 6 0.0% | 46.0% | 100.0% |
| 無 | 5 | 5 1 | 27 | 0 |
| | 41.79 | 6 100.0% | 54.0% | 0.0% |
| 合計 | 13 | 2 1 | 50 | 1 |
| | 100.09 | 6 100.0% | 100.0% | 100.0% |

もともと鍼治療経験のある人の内、スポーツコンディショニング目的での利用者は56人であったが、利用後のアンケートでは77人に増加した。

更に、利用後に日頃のコンディショニングに鍼灸を利用したいと回答した人は 132 人に増え、その内 41.7% (55 名) は鍼治療経験の無い人であった。

スタッフ対応



まとめ





今回からコースが変更になり、ゴール地点の大阪城公園内で設営された屋外テントでの活動となった。前回の課題であった、鍼灸の同意に対する実施率は向上し、同意を頂いたの170名に対し、142名にパイオネックスを貼付、148名に電気温灸器による温灸を試した。

利用者が最も気になると訴える部位が昨年までは大腿部であったが、今回は膝が多かった。コースの変更や人気のシューズ、当日の気候など、様々な要因が考えられる。

屋外での待ち時間があったにもかかわらず、利用後の満足度、スタッフ対応に対する評価は高かった。待ち時間を利用してのパイオネックス貼付や電気温 灸器の試用が、効果的であった可能性が考えられる。

今回の結果を活かして、今後もスポーツ鍼灸ボランティア活動においては、スポーツ後の痛みやボディケアとしての鍼灸のみならず、日頃のコンディショニングや傷害の予防としての鍼灸の効果や鍼灸師の業務について、普及・啓発をしていきたい。

スポーツ鍼灸プロジェクト委員会 集計・分析担当 吉野亮子

大阪城発の大阪マラソン、学生とともに

履正社医療スポーツ専門学校 鍼灸学科 学術主幹 大阪府鍼灸師会 淀川地域 古田高征

今回、鍼灸師会からは約30名。これに本校からも9名の参加の学生ボランティア15名ほどを加えた人員での活動となりました。今年から大阪マラソンは、新コースでの開催となり、スタートやゴールも大阪城公園と前回までとは全く異なる状況でのケア活動となりました。朝9時に噴水前に集合。この時、マラソンのスタート時間を迎えておりましたが、周囲はのんびりした雰囲気の公園内でした。

午前中は活動の準備、会場内を散策し、会場内の各ブースを確認し、のんびりした雰囲気の中で昼過ぎからチラホラと施術希望の方が訪れるようになったのもつかの間、テント外まで施術待ちの列ができていました。

屋外のテントでの施術活動、公園内であるためで他の関係機関までの距離があり、トイレなどの数も少ないなど幾つかの不便さを感じる一方で、改めて大阪城で行われるマラソンに関われることを誇らしく感じました。

よく言われることですが、他人がやっていることで簡単に見えるものを実際にやってみると結構難しいことは多々あること。今回の施術内容は、デモで見たことや知っていることで簡単にできると思っていたのですが、円皮鍼の手際、ストレッチでの力の入れ方、さらに申し合わせの時間内での施術、分かっていても非常に難しくいい体験をさせていただきました。当日は気温が上がり、脱水のためか施術中に足の痙攣を訴える方も多くおられました。アタフタしている私の姿を周りの学生には、どのように見えていのか、いつか聞いてみたいと思います。

大阪マラソン参加者会員

| 氏 名 | 所属地域 | | |
|-------|--------------|----------|--|
| 若杉 昌司 | 旭 | ス鍼P委員長 | |
| 岩 英進 | 高槻 | ス鍼P副委員長 | |
| 牧野健史 | 豊中 | ス鍼P副委員長 | |
| 清藤 直人 | 高槻 | ス鍼P委員・理事 | |
| 永澤 至子 | 東大阪 | ス鍼P委員・理事 | |
| 永澤 裕代 | 東大阪 | ス鍼P委員 | |
| 伊藤 代悟 | 淀川 | ス鍼P委員 | |
| 林 政良 | 河南 | ス鍼P委員 | |
| 金井 俊昭 | 都島 | ス鍼P委員 | |
| 木田 隆史 | 住吉 | | |
| 畑中宗太郎 | 豊中 | ス鍼P委員 | |
| 吉野 亮子 | 堺 | ス鍼P委員 | |
| 廣橋久美子 | 中央 | ス鍼P委員 | |
| 古田高征 | 淀川 | | |
| 田中勝利 | 大正 | | |
| 大原 妙子 | 鶴見 | | |
| 平尾 陸 | 河南 | ス鍼P委員 | |
| 松岡 輝人 | 河北 | ス鍼P委員 | |
| 松尾 正己 | 茨木 | | |
| 松永健太郎 | 高槻 | ス鍼P委員 | |
| 三宅なつえ | 天王寺 | ス鍼P委員・理事 | |
| 萩原 典子 | 準会員 | | |
| 菅 哲也 | 兵庫県鍼灸マッサージ師会 | | |

※ス鍼 P: スポーツ鍼灸プロジェクトチーム

今回、初めて大阪マラソンの学生スタッフをさせて頂いた。スポーツ現場の経験は無く戸惑いもあったがそんな中、自分に何が出来るのかと考えた。 先生方の治療のサポート、問診。これらをしていくうちコミュニケーションをとりランナーの緊張や不安をとる事も大切と感じた。実際現場に出てみると想像以上に鍼治療の経験が無いという方が多数だった。

そのような方に安心して鍼治療をしていただくために問診で主訴や愁訴を聞き取る事はもちろん、その方の喜怒哀楽を読み取り鍼への不安や緊張をとる会話も大切と感じた。海外の方とはジェスチャーを使って知っている言葉を絞り出しコミュニケーションを取った。

2020年東京オリンピック開催という事もあり、海外の方との交流が増えると考えられるため、これを機会に英語の勉強もしようと思った。また、ランナーが治療を受けた後に言ってくださった「ありがとう」という感謝の言葉を聞いて、改めて多くの人達の健康の支えとなる治療家になりたいと思った。

今回の経験を通じてコミュニケーションをとるための言葉や会話を大切にしていきたい。

東洋医療専門学校 2年 清水 恵

大阪マラソン大会、ケアサポート活動を終えて

普及啓発委員会 委員長 三宅 なつえ

ケアステーションをご利用頂いた 184名中、132名の方に日頃のコンディショニングとして鍼灸を利用したいとご回答頂いたことは、鍼灸の普及啓発活動として大きな成果だと思います。

スポーツ鍼灸プロジェクトチームとして活動にご参加下さった先生方、ありがとうございます。

ケアステーション報告書作成にあたり、問診・アンケート表の編集担当: 廣橋 久美子先生、回答の解析・データ化担当: 吉野 亮子先生、ご尽力に心 から感謝しております。

また、活動中に使用する鍼灸材料のご提供頂いておりますセイリン株式会 社様、この場をおかりしてお礼申し上げます。



