

MAT PRESS

隔月発行

Vol.4

Meiji University of Integrative Medicine | Medical Athletic Trainer Press



2019年度に新しくスタートし今年度で3期目となるメディカルアスレチックトレーナー育成プログラム(MAT)。コロナ禍、感染対策を講じた上で各種実習を含め対面授業が行われました。ここではその模様を含め、MAT生が活動するアスリートサポートセンター(ASC)の取り組みなどについて紹介します。

学外研修

ウォーキングサッカーチューンナップ会に参加

2021年11月23日(火)、Jリーグのサンフレッチェ広島の練習場でもある広島県安芸高田市の吉田公園サッカー場で開催されたJWFA(日本ウォーキングサッカーアソシエーション)監修ウォーキングサッカー健康プログラム「誰でもチャレンジウォーキングサッカーチューンナップ会」に、MATの『健康スポーツ演習』の一貫として7人の学生が参加しました。

体験会では、ウォーキング講座やウォーミングアップ、アイスブレイクワクショップなどを通じて、参加した方々と交流を図り、楽しくウォーキングサッカーを体感しました。

ウォーキングサッカーは、イギリスを中心に近年愛好者が増えている「歩くサッカー」です。子どもから高齢者まで、誰もが気軽に楽しめるスポーツで、通常のウォーキングと比べ3倍以上の消費活動量が得られるのが特徴です。

今回の経験をもとに、MAT生が運営する大学発の「ユニバーサルスポーツイベント」として、誰もが一緒に楽しみながら、共に健康になれるイベントを企画していく予定です。

参加者の声

村本大河さん(鍼灸学科2年)

「初めて出会う、年齢も性別も異なる方々とウォーキングサッカーを通じて、相手や仲間をリスペクトする気持ちや思いやり、スポーツの楽しさなど色んなことを学ぶ貴重な時間となりました。多くの方々に、この体験をして頂けるよう、イベント開催に向けて準備をしていきます」



田路空奏さん(柔道整復学科1年)

「最初の運動では姿勢を良くすることを意識できましたが、プレーしながらとなるととても難しく、すぐに崩れてしまうなど、自分の姿勢の悪さを実感するいい機会になりました。課外活動は今回が初めてで緊張しましたが、最後まで参加者と楽しむことができました」



3月に卒業するMAT1期生インタビュー MATでの活動を振り返って



新井陽豊さん(鍼灸学科4年)
※3年次には理学療法士・きゅう師の国家試験合格者
龍川第二高校出身(陸上競技部・インターハイ出場)

進路:大学院進学予定



ASCでの活動を通じ成長を実感

学科の授業はどうしても国家試験に向けた内容が多く、インプットが主体となります。そうした授業で得た知識や技術をMATの実習の場でアウトプットできるのが一番の利点だと感じています。学科やMATで教わったことをASCで実際にケガをした選手を相手に対応できるので、より実践的に学びを深めることができますし、課題や足りない点などを再確認できるのでとても助かりました。私は2年生まで陸上競技部での活動が中心でした。当時は解剖学や生理学など基礎的な知識を習得する教科に対し、「これは何に必要なのか」をイメージすることができますし、モチベーションを保つのにすごく苦労しました。しかし、3年次からMATで教わるようになり、あの時のあの授業はこういう場面で生かされるのかが分かりだすと、もっと学びを広げたい・深めたい、技術を向上させたいと思うようになりました。大学院進学を目指しました。もともと動作分析に興味がありケガとの関係性について研究することで選手の役に立てればと思っています。

大槻匠一郎さん(鍼灸学科4年)
福井工業大学附属福井高校出身(硬式野球部・甲子園出場)
※3年次には理学療法士・きゅう師の国家試験合格者

進路:よこまち鍼灸整骨院(宮津市)



同じ目標を持った仲間と共に切磋琢磨することで成長

私は1年次からアスレチックトレーナー部に所属し活動していました。MATの良さは、将来トレーナーを目指すうえで必要な知識、対応力などを専門の先生方から学べること、学年、学科を超えてトレーナーを目指す仲間と学びを深めることができる点です。学科での学びは同じ学年同士が中心となります。MATでは、先生はもちろんのことアスレチックトレーナー部のOB・OGを含めた先輩方、トレーナーを志す仲間から刺激、影響を受けることで視野も広がり、高いモチベーションを持ちながら取り組むことができました。ASCでの活動では、強化指定クラブの選手に継続して関わることができ、サポートする上で分からぬことや疑問点があれば、すぐに先生に質問できるのも大きなメリットでした。また、学科の授業と比べてもさらに少人数制でライフキネティックなどトレーニング法やプログラムを学ぶ上でも、より多くのことを吸収できたと感じています。卒業後は治療院で働きながら腕を磨き、将来的には子供たちを含めスポーツにも関わり選手の成長を手助けできる存在になれればと考えています。

アスリートサポートセンター(ASC)での活動

本学ならではの特長として、学内にアスリートサポートセンター(ASC)を中心とした医療ネットワークを有することが挙げられます。ここでは、ASCで活動するMAT生、ASCを活用したパフォーマンス向上につなげた選手たちに、それぞれの立場から感想を聞きました。

全国大会でベスト8に進出した女子サッカー部に帯同 女子サッカー部 学生トレーナー

「全国大会という舞台に今回初めてトレーナーとして帯同させてもらいました。まずは、チーム過去最高のベスト8という結果に立ち会う経験をさせてもらった事にとても感謝しています。改めてサッカーの魅力や楽しさを実感し、選手の最後まで諦めない姿に感動しました。まだトレーナーとして、できる仕事は少なかったですが、これまでのMATでの経験を活かすことができたと感じています。今回の貴重な経験、MATで得た知識などを活かし、リーグ戦など各種大会に選手が最高の状態で挑めるよう全力でサポートしていきたいと考えています」



山下達矢さん
(鍼灸学科2年)



本学独自のシステム
「アスリートサポートセンター」

ASCを活用し全国大会で活躍した選手の声

女子柔道部主将
林美七海さん (鍼灸学科4年)



「身体のケアとケガ予防や応急処置のテープング、ケガに対するリハビリテーションを目的にASCを利用していました。知らなかつたトレーニング法やセルフケアのやり方などを教えてください、そのおかげで競技中の動きが改善され、ケガが少なくなっただけでなく、パフォーマンスの向上にもつながり、試合でもいい結果(7人制団体戦で全国3位など)を残すことができました」

女子サッカー部主将
古賀向日葵さん (柔道整復学科4年)



「捻挫の治療やトレーニングでASCを活用しました。授業では習わない実践的なことも教えてもらいましたが、サポートしていただいたので、知識はもちろん身体や動きの理解が深まりました。治療後、実際に身体が軽くなるの自分で体感できていたので、その治療に対する信頼度が高くなり、トレーニングにおいても、自分ではなかなか気づけない身体のバランスなどを指摘してもらしながら取り組めたので、ただ黙々とランニングや筋トレを行うより効率よくスキルアップできたと感じています。また、ASCでの経験は、将来自分が治療家になった際にも役立つと思います」

女子サッカー部 FW
河村祐美さん (鍼灸学科2年)



「痛みの改善を目的に、ケア・トレーニングでASCを利用しました。通うごとに変化を実感することができました。ASCに通う前はプレー中に痛みが出て気になる場面もありましたが、現在は痛みも軽減し、プレー中も気にならないようになりました。また、日々体調管理、コンディショニングに対する意識が高まり、以前より自分の体を理解できるようになりました」

「ONE TAP SPORTS」の活用事例がWEBメディアで紹介されました

スポーツ系クラブを有する全国の多くの大学が加盟する一般社団法人大学スポーツ協会(UNIVAS:ユニバス)。そのユニバスが開発を進めている学生アスリート総合支援サービス『MyUNIVAS』でも提供されている「ONE TAP SPORTS」を活用した医療系大学ならではの本学の取り組みが、スポーツ×科学で指導をアップデートするメディア『TORCH』のWEBサイトで活用事例として紹介されています。

「ONE TAP SPORTS」は、「CONDITIONING」機能・「INJURY」機能などで構成され、試合や練習を通じて得られる行動データ、睡眠や食事、ケガの状態などを組み合わせて分析。自らの体調管理はもちろんのこと、監督などコーチ陣およびコンディショニングを担うトレーナーや栄養士などスタッフがアスリートへ適切な指導やアドバイスを行うことを可能にするシステムです。これまで練習日誌などアナログでの情報収集・管理が主流だったスポーツの現場において、アスリートのさまざまなデータを「見える化」することで、コンディション管理・パフォーマンス向上をサポート。大学チームのみならずラグビー日本代表など16競技の日本代表チーム、さらにプロチームを含め国内外で40競技・350以上の団体、チームに導入されています。

本学は昨年度から全国を舞台に活躍する強化指定クラブおよびASCに本格導入。所属するアスリートおよび指導陣の活用に留まらず、ASCで支援に回るMAT生がデータをもとにコミュニケーションを図り、適切なフォローにあたれるよう日々実践を積んでいます。



 明治国際医療大学
<https://www.meiji-u.ac.jp>



明治国際医療大学が独自に新設した資格"MAT"で活動する学生トレーナー公式アカウント



鍼灸学部

鍼灸学科

目標資格
国家資格
はり師
きゅう師

保健医療学部

救急救命学科

目標資格
国家資格
救急救命士

看護学部

看護学科

目標資格
国家資格
看護師
保健師
助産師

大学院

鍼灸学研究科

保健医療学研究科