

MAT PRESS

不定期発行

Vol.5

Meiji University of Integrative Medicine | Medical Athletic Trainer Press



2019年度から新しくスタートし今年度で4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)。3月に1期生が卒業し、今年度から新たに17人の新入生(鍼灸学科6人、柔道整復学科11人)を迎え、各種実習をはじめさまざまな取り組みが始まっています。ここでは、その模様を含め、MAT生の紹介、アスリートサポートセンター(ASC)の活動、各強化クラブとのつながりなどについて紹介します。

新人紹介

4期生17人が入学

2022年4月から新たにMAT4期生として鍼灸学科6人、柔道整復学科11人の計17人が入学。授業およびアスリートサポートセンター(ASC)での実習などに励んでいます。ここでは、入学して間もない4月に実施したフィジカルチェックのサポート、ここまでの授業や活動の感想などを紹介します。



アスリートサポートセンターで活動する上級生。新入生も先輩の背中を追いかけ、日々実習に励んでいます

新入生の声



写真上:授業の様子 / 写真下:17人の新入生

高橋夢乃さん (柔道整復学科1年)
京都・向陽高校出身 スポーツ歴:体操競技

「スポーツ選手を支える仕事がしたいと思ったのが柔道整復学科に進んだきっかけです。MATのことは学校にあったパンフレットで知りました。スポーツ医療に力をいれており、豊富な実習などで実践力を養うことができること、MAT資格など将来に役立つ資格が取得できると思いMAT受講を希望しました。まだ授業では、それほど専門的な部分までは進んでいませんが、MATでは実際に学生同士で触診の練習をしたり、骨の構造について学ぶなどより実践的に学びを深めることができていると思います。今後は、学科やMATでの学びをフルに生かし、通っていたクラブチームでトレーナーとして活動し、さらに経験を積んでいきたいと思っています」

山本無量さん (柔道整復学科1年)
石川・星陵高校出身 スポーツ歴:レスリング

「接骨院の先生に紹介され、本学のオープンキャンパスに参加した時に患者さんを第一に考えられる柔道整復師になれると感じ、トレーナーとして実践的に学ぶことができると思ったのが本学、MATを選んだきっかけです。アスリートサポートセンターに来る選手のケアを間近で見ることができ、先生や先輩方の知識や技術を直に感じられるので、しっかり吸収し成長していきたいと思っています。まだ、学び始めたばかりで知識も技術もありませんが、MATで学びを深めることは、コミュニケーション力を鍛え、自分も先輩方のようにトレーナーとして活動していきたいと強く感じました」

矢野透哉さん (鍼灸学科1年)

京都・大谷高校出身 スポーツ歴:バスケットボール

「高校でバスケットボール部に所属していた際、トレーナーの先生にお世話になり、その先生のようになりたいと思ったのが、この道を志したきっかけです。3年時に国家試験を受験できる点やスポーツトレーナーになるための実習など環境が整っていると思い本学およびMATを希望しました。MATの授業やASCの実習に入っている時に、先生や先輩方からサポートを受けている選手の特長はもちろん、骨や筋肉、ツボなどについて色々と教えていただきながら実践的に学べ、日々成長を実感しています。自分もはやく先輩方のように問診などもテキパキと対応できるようにがんばりたいと思います」

2022フィジカルチェックを体験

2022年4月18、19日(月・火)の2日間、強化指定クラブに所属する新入生を対象とした2022フィジカルチェックを実施しました。学生の競技力および自己管理能力の向上、医療人として検査やデータの活用法を身に付けることなどを目的にMAT生が中心となり、選手の運動能力やコンディショニングの指針となる柔軟性やバランス感覚など8項目を検査。測定したデータはASCで管理され、「ONE TAP SPORTS」などと合わせ選手の強化対策、ケガ予防、コンディショニングなどに活用されるほか、MAT生のデータ分析などに役立てられます。参加した新入生からは、「手足の長さが違うことが分かった」「バランスの悪さがケガにつながっていることに気付けた」「思っていた以上に体幹が弱いことが分かったので、しっかり鍛えたい」「関節など身体が硬いことが分かった。対処法などを教わり、ケガにつながらないようにしたい」などの感想が聞かれました。



フィジカルチェックをサポートしたMAT生(1年生)の感想

▶ **山本戸航さん** (鍼灸学科1年) 兵庫・神戸星城高校出身

「初めて検査に参加し、自分が選手だった時とは違い自分のミスが人に迷惑をかけてしまうという責任感から緊張もありました。そうしたなか先輩方は迷いなく丁寧かつスムーズに対応されていて、早く自分もこんな風になれるようになりたいと、刺激を受けました」

▶ **鍛川拓希さん** (柔道整復学科1年) 富山・富山第一高校出身

「MATでの初めての活動で、高校まで何気なく行っていた測定も様々な点に注意して行わなければならないことを知りました。今回の経験を今後の活動に活かして何事も丁寧に対応していきたいと思いました」

▶ **岩根颯希さん** (鍼灸学科1年) 大阪・大阪学芸高校出身

「MATで活動するのはこれが初めてだったので初日はわからないことが多く、先輩の姿をみて行動するので精一杯でした。それでも2日目からは先輩方に教えていただいたことを実践して、しっかり対応することができました。今回の活動で測定、データの大切さを実感しました」



チェック項目

- 1 筋力測定(腹筋・背筋)
- 2 下肢周径測定(大腿周径・下腿周径)
- 3 閉眼バランス検査
- 4 柔軟性検査(ハムストリングス・大腿四頭筋)
- 5 関節弛緩性検査
- 6 下肢アライメント検査
- 7 関節可動域測定(肩関節)
- 8 Knee bent standing balanceテスト(KBSB-test)

学内トレーナー活動

本学の学生アスリートサポート体制



MATの強み、特長的な活動のひとつに学内の強化指定クラブにおけるトレーナー活動があります。一般的に、全国区で活躍するスポーツ系のクラブを有する鍼灸学科や柔道整復学科を持つ医療系の大学は少数で、そうした大学のほとんどが学外のチームや団体に赴く形で実習などを行っています。しかし、本学には女子柔道部や女子サッカー部、女子剣道部、陸上競技部など全国大会で活躍する強化クラブがあり、そうしたチーム、選手を学内でサポートできるのは、本学ならではの活動となります。ここでは、各強化クラブで学生トレーナーとして活動するMAT生の声をお届けします。

山下達矢さん (鍼灸学科3年)
兵庫・報徳学園高校出身 スポーツ歴: サッカー

担当クラブ
女子サッカー部



「女子サッカー部の学生トレーナーとして、日々のウォーミングアップやクールダウンの指導、コンディショニング管理のほかケガ予防、テーピング、ケガをした選手のリハビリトレーニングのお手伝いなどを行っています。学科やMATの授業だけでは得られない現場での経験や対応力、コミュニケーション力を鍛えることができていると感じています。選手との対話、テーピングやケアも一人一人、その人に合ったやり方・方法があるので、それらは現場での経験でしか得られないものだと思っており、少しでも選手のためになれるよう、これからもしっかりサポートしていきたいと思っています」

村山衣里香さん (柔道整復学科3年)
滋賀・長浜北高校出身 スポーツ歴: 陸上競技

担当クラブ
女子剣道部



「女子剣道部で、選手のマッサージやテーピングなどの選手のケア、試合に向けたコンディショニングなどをサポートしています。貧血やケガが多いスポーツなので、選手それぞれに合わせたケアが重要となります。フィジカルチェックなどのデータはもちろん、練習中に選手の動きを観察し、動きの癖や身体のパランスなどをチェック。そこで気付いたことなどを選手にフィードバックしてケガ予防、動きの改善などに努めています。選手から動きがよくなった、身体が楽になったなどと言ってもらえると、少しでも役に立てたと実感でき、向上心、やる気が湧いてきます。今後は、さらに「ONE TAP SPORTS」なども活用し、女子ならではの月経、栄養関連に至るまでトータルでサポートしていければと思っています」

中村優斗さん (鍼灸学科3年)
兵庫・報徳学園高校出身 スポーツ歴: サッカー

担当クラブ
男子サッカー部



「男子サッカー部の学生トレーナーとして、トレーニングメニューの作成・指導、部員向けの勉強会などを行っています。活動するにあたり、あらゆるシチュエーションを想定したメニューを組み、その意図の伝え方から指導法などいろいろなことを考えながら行動することによって、自分自身はもちろん、チームと共に成長できている実感があり、貴重な経験を積みさせてもらっていると思います。今後も、選手のケガなどをさらに減らしパフォーマンス向上をサポートできればと思っています」

走り方教室

MATでは、強化クラブのサポートの一環として、熱中症対策講座や走り方教室などを企画、開催しています。ここでは、女子サッカー部を対象に、この春に行われたスプリント教室(走り方教室)について紹介します。



企画担当グループの声

「MATとして、女子サッカー部のみなさんに何かできる事はないかと考えていたところ、このような企画を思いつきました。まず選手および監督・スタッフの方々がこの企画を快く受け入れてくださったことに感謝しています。2日間という短い間でしたが、身体に負担をかけず速く走る為の重要なポイントを指導させていただきました。今回のスプリント指導(走り方教室)が選手やチームのパフォーマンス向上の良いきっかけになってくれるとうれしく思います。私たちMATとしても、サッカー選手が求めるスプリント走を知る良い機会になりました。今後もMATとして、こうした企画をどんどん提案していければと考えています」

参加者の声/女子サッカー部

安河内亜実 主将 (鍼灸学科4年)

「楽に走る方法を学びました。サッカーは、プレー中ほとんどの時間走っていますが、「走り方」をしっかりと学ぶ機会は今までなかったので、今回の教室はとても充実した時間となりました。楽に走ることができるようになるという判断につながるの今回学んだことを生かし、女子サッカー部全体で高みを目指していきたいです」

須田麻鈴 選手 (救急救命学科3年)

「サッカーはスプリントの連続ですが、これまで走り特化した練習に時間を割いていなかった分、どうしても自分なりの走り方しかできていませんでした。そういった状況で、スプリントについて直接学ぶことができ、実際にトレーニングを通じて、楽な走りを体感することができました。走りが楽になれば、もっともっとプレーの質も全体的に上がっていき、プレーの幅も広がると思うので、今回得たものを今後のトレーニングでも意識していきたいです」

本山優里 選手 (救急救命学科2年)

「今回の教室で正しい姿勢での走り方を学び、今までと同じ速さでも正しい姿勢で走った時のほうが小さな力だけで走れることを実感しました。私自身、姿勢が悪くとも遅かったので、いい機会になりました。今はまだ意識しながらですが、意識しないでもできるようにこれからも継続して取り組んでいきたいです」

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 目指す資格 はり師 きゅう師 国家資格	保健医療学部 救急救命学科 目指す資格 救急救命士 国家資格	保健医療学部 柔道整復学科 目指す資格 柔道整復師 国家資格	看護学部 看護学科 目指す資格 看護師 保健師 助産師 国家資格	大学院 鍼灸学研究所 保健医療学研究所
--	---	---	---	--