

# MAT PRESS

不定期発行

Vol.6

Meiji University of Integrative Medicine | Medical Athletic Trainer Press



2019年度から新しくスタートして今年度で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)。ここでは、各種イベントやスポーツ大会での学外研修、本学強化指定クラブのサポートなどMAT生の活動、取り組みの模様を紹介します。

## 女子サッカー部のコンディションを支えるスポーツIoTのチカラ

### ～ONE TAP SPORTSを活用しチーム、選手をサポート～

本学では2019年度よりUNIVAS(ユニバス)の紹介で選手のコンディションをデータで見える化する「ONE TAP SPORTS」を導入。強化指定クラブ選手の傷害情報やコンディショニングデータの共有だけでなく、MAT生はもちろん各選手のコンディショニング意識の向上を目的とした教育ツールとして活用しています。



「ONE TAP SPORTS」を活用しIoTの力で競技力&トレーナー力の向上に取り組んでいます

選手には、疲労感、運動強度、睡眠、脈拍数など、毎日コンディションデータの入力をお願いし、各クラブのサポートにあたるMAT生およびアスリートサポートセンターでモニタリングを行ない、必要に応じてチーム(指導陣)、各選手にフィードバックを実施。2022年度から本学女子サッカー部員を対象に、コンディショニングに対するリテラシー向上を目指し、学生トレーナー(MAT生)が主体となってコンディショニングミーティングを月に1度開催。コンディションデータのフィードバックだけでなく、月経とケガ、暑熱対策、自己効力感など、旬のトピックスをプレゼンテーションし、コンディション向上、パフォーマンスアップに役立ててもらっています。

ONE TAP SPORTSを導入してから、女子サッカー部では、コンディション不良によるケガが大幅に減少し、チーム力の維持・向上に寄与しています。

これからもデータを上手く活用しながら、トレーナーの実践力を高めることはもちろん、選手とのコミュニケーション力を養い、チームの勝利に貢献していきたくと考えています。



コンディショニングミーティングを行う女子サッカー部トレーナー北川遥さん(鍼灸学科3年・土佐女子高校出身)

## 強化指定クラブサポート

本学独自のシステムであるアスリートサポートセンター(ASC)を中核とした医療ネットワークを活用し、全国を舞台に活躍する強化指定クラブを側面から支えています。そのひとつに、MAT生の各クラブのサポート活動があります。ここでは、日頃から各クラブでサポートにあたるMAT生に活動のきっかけや意識している点などについて聞きました。

### 女子バレーボール部担当

藤原沙妃さん

柔道整復学科2年  
生野高校出身

バレーボールが好きで、トレーナーとして関わりたいと思っていたので女子バレーボール部のサポートを選びました。サポートを行うにあたり日頃から気を付けているのはコミュニケーションです。ケア以外にもボール拾いや後片付けを手伝いながら選手に話しかけるようにしています。また、選手の動きはしっかり見るようになりました。今後もMATでしっかり経験を積んで、選手一人ひとりにマッチしたケアはもちろん、ケガ予防、パフォーマンスアップに貢献できるよう実践力を磨いていきたいと考えています。

【女子バレーボール部】  
秋季リーグ戦3部4位

### 女子剣道部担当

鮎川若奈さん

柔道整復学科2年  
岡田学園高校出身

これまで関わったことのない競技に触れ、今後に生かしたいと思い女子剣道部のサポートを選びました。選手とのコミュニケーションを深めることはもちろんのこと、競技を学び、正しい姿勢や動きを知ることで、ケガ予防やパフォーマンスアップにつながるよう常に意識してサポートにあたっています。まだまだ知識、経験不足で選手の要望に応えられないことも多いですが、部のサポートに加えMATの授業や実習などで知識を増やし対処法を学びながら、選手と共に成長していければと思っています。

【女子剣道部】 関西予選ベスト8  
第41回全日本女子学生剣道優勝大会(団体戦)出場

### 女子サッカー部担当

田路空奏さん

柔道整復学科2年  
生野高校出身

1年生の時にアスリートサポートセンターで先生や先輩方に付いて学んだことを、より身近で実践的にサポートできればと思い女子サッカー部を選びました。選手のメンタル面や体調の変化にどれだけ早く的確に気付けるかが大切だと思っているので、普段から声かけはもちろん、練習中の動きなどにも目を配るようにしています。1年生の時はアスリートサポートセンターにくる選手のケアが中心でしたが、今後は、ケアはもちろん選手、チームのパフォーマンスアップに貢献できるよう知識や経験を増やしていきたいです。

【女子サッカー部】 秋季リーグ戦2位  
第31回全日本大学女子サッカー選手権大会(日本インカレ)出場

## スポーツIoTの活用で活躍した選手の声

### 女子サッカー部

#### ▶ 河村祐実さん(鍼灸学科3年)

ワンタップを利用して自分の身体に気を遣っているように感じます。簡単にコンディションを入力していますが、そのため自分の身体と向き合う時間を作ることができるので、意識的に身体のケアを取り入れるようになりました。おかげでスポーツだけでなく、普段の生活でも体調が良くなったと感じているので、利用して良かったと思います。



#### ▶ 溝上可夏さん(鍼灸学科3年)

ワンタップで自分のコンディションのデータを可視化することで、身体の状態を把握し、ケガの予防やパフォーマンスの向上に繋げることができています。9月下旬にグループワークを行い、コンディションの良かった人がどのようなことを心がけているのかをチーム全体で共有することで、個人だけでなくチーム全体のコンディション向上にも繋がったと思います。



## 学内・学外研修

### スポーツ大会でのサポート活動

#### 「第14回 Wardrobe CUP」でケアブースを設置

2022年7月10日(日)に、京丹波町の蒲生野中学体育館で行われた京丹波バスケットボール協会主催「第14回 Wardrobe CUP」にケアブースを設け、参加者のサポート(問診・評価→ストレッチ指導やマッサージなど)活動を行いました。

活動にはMAT生5人が参加。本学鍼灸学科の藤井健介助手の指導のもと、上級生と下級生がペアを組んでサポートにあたりました。

大会に参加し実際にサポートを受けた選手からは、「身体が楽になった」「自分の動きの癖が分かった」などの声が聞かれました。



ケアブースでサポートにあたるMAT生



#### 参加者の声

鈴木菜央さん(柔道整復学科3年・草津東高校出身)

「最初は緊張しましたが、たくさんの方にケアブースを利用していただけて、とてもいい経験になりました。また、先輩方のケアの方法だったり対応の仕方だったり、声掛けなど普段は見ることのない姿から学ぶことも多く、今後に生かしていきたいと思っています」

矢野透哉さん(鍼灸学科1年・大谷高校出身)

「大学では、学生アスリートのケアが中心ですが、今回は、さまざまな年齢層の方の症状や悩みに対応するなど貴重な経験になりました。また、捻挫など急性外傷の現場にも遭遇でき、トレーナーを目指す上でとても良い勉強になりました」

### 地域と連携し健康づくり対策

#### 「ウォーキングフットボール」イベントを開催



10月10日(月・祝)、本学サッカー場で「ウォーキングフットボール」のイベントを開催しました。本学がある南丹市の調査で、多くの住民が健康や介護、子育てに不安を抱えていることが判明。そこで大学およびMATとして何か貢献できることはないかと考え、今回のイベントを企画しました。イベントにはMAT生9人、女子サッカー部員4人の13人が参加。年齢、性別、障がいの有無に関係なく広くみんなで楽しめるユニバーサルスポーツの「ウォーキングフットボール」を通じ、地域の皆さんの運動習慣の向上、セルフケアのやり方などを訴求しました。引き続き地域自治体などと連携し、健康を維持・増進させるプログラムを企画・運営していきます。



ユニバーサルスポーツプロジェクトリーダー村本大河さん(鍼灸学科3年・金沢商業高校出身)を中心にイベントを企画・運営



#### 参加者の声

坂本愛恵さん(柔道整復学科1年・筑陽学園高校出身)

「地域の方との交流を通して運動・スポーツの楽しさや面白さを知ってもらいきっかけになったと思います。また、多くの参加者から「ありがとう」と言っていたので、参加して良かったなと思いました」

進藤絢音さん(鍼灸学科1年・宝塚西高校出身)

「地域の方々たくさん触れ合うことができ、とてもいい経験になりました。普段あまり接することがない高齢者の方や子供たちと交流し、「楽しかった」「またやってみよう」と言ってもらえてうれしかったです」

川崎颯太さん(鍼灸学科1年・洛南高校出身)

「普段運動ができていない高齢者の方からスポーツを楽しみたい子供たちまで幅広い年齢層の皆さんが笑顔で汗を流す姿を見て、開催して良かったなと思いました。今後もいろいろな企画を考えていきたいです」

他にもモータースポーツのトライアル大会、高校生の柔道大会などにケアブースを設置させていただき、選手のサポート活動を実施しました。今後もコロナ等の状況に応じ、実習、サポート活動を実施していく予定にしております、活動の様子はMAT通信およびホームページなどで報告していきます。

 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



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