

# 第2回授業 テーマ：ジュニアアスリートをサポートする ～『理学療法士』のお仕事～

実施日：7月28日(日) 実施場所：茨城県立白浜少年自然の家

受講生：40人 保護者：約15人

講師：鈴木 康文（つくば国際大学医療保健学部理学療法学科 教授）

## 授業内容等

最初は、理学療法士の仕事やスポーツ中の怪我とその対応方法などについて、貴重な映像資料などを用いながら、わかりやすく説明いただきました。

後半には、テーピングの体験、足底圧分布の計測など、実践を交えた授業を行いました。

アスリートやスポーツ選手のサポートには決して欠かすことができない「理学療法士」の仕事を、より身近に感じることができました。

## 授業風景

↓テーピングの巻き方の実践も行いました。



## 学生の感想から

- ・今日、ねんざなどの予防方法を知れてよかった。
- ・どうしたら「けが」をあまりしないでスポーツをできるかをアニメで教えてくれたので、分かりやすかったです。そして、R I C E 処置のしかたがわかりました。
- ・テーピングする時やいろいろな動画を見て、けがをするシーンが分かりました。
- ・ちょっとむずかしかったけど、楽しかったです。将来に役立てたいです。
- ・スポーツのちりょうについて、くわしく知ることができた。
- ・テーピングを体験してみたり、スクリーンで動画をみたりして、分かりやすかった。
- ・突き指になった時のサポートのしかたがわかりました。
- ・これからも、ねんざ、骨折に気をつけることを心がける。
- ・理学療法は、スポーツをしている人のサポートをしていることがわかった。
- ・けがをしたときの処置方法が学べた。
- ・ライス（R I C E）処理 R・I・C・E が分かりました。