

特別鼎談 与那覇靖氏×村上英樹氏×後藤大介氏

# 医療とスポーツによる健康な地域コミュニティづくり

## 早期回復と予防を旨とするスポーツ整形

近年、スポーツの急速な普及に伴い、スポーツによる怪我や故障が増えています。

スポーツ整形外来を開設する医療法人尚豊会みたき総合病院理事長の与那覇靖氏、

専門医を派遣する名古屋市立大学整形外科教授の村上英樹氏、チームドクター契約を

締結したヴィアティン三重ファミリークラブ代表取締役社長の後藤大介氏の3者が、

スポーツ外傷・障害に特化したスポーツ整形について語り合いました。(以下、敬称略)

### アスリートから一般人の人まで

#### 幅広い層を対象とする診療科

**与那覇理事長** 村上先生とお会いして、スポーツ整形はアスリートが通う専門的な診療科という認識だったのが、実は一般の方も通院する可能性があるかと知りました。

**村上教授** 以前はプロのアスリートの治療を専門としていました。最近健康に長生きしたいと、スポーツをやる人たちがすごく増えています。高齢者の方もスポーツを楽しむ時代です。スポーツをすれば、ときに怪我や故障が起こります。スポーツ整

形外来では、そういった方全般に対して、またスポーツができるようア

ドバイスや治療を行います。

**与那覇理事長** 私もゴルフをするの

ですが、ゴルフで腰や肩が痛くなるのと、一般整形に行く方が多いですけど、スポーツ整形外来にかかるのも良いということですね。

**村上教授** はい。一般の整形外科では、あくまでも日常生活に戻してあげるのが目標ですが、スポーツ整形外科は、もう一度スポーツを楽しめる状態に戻すための治療をします。そのため知識や経験を有した専門の先生でない、わからない部分も

出てきます。

**与那覇理事長** なるほど。最近ハ

スポーツ少年団で、スポーツを頑張っ

ている子どもたちが増えています。

そういう子どもたちも、スポーツ整

形外来を受診できるのでしようか。

**村上教授** ぜひ来ていただきたい。

かつて少年野球では、痛くても我慢

して試合で投げて、無理をし続ける

うちに軟骨が剥がれてしまい、取り

返しのつかないことになる事例がた

くさんありました。今、我々は名古

屋市で少年野球検診をしていて、早

期発見・早期治療に取り組んでいま

す。肩が痛い、肘が痛い、この中に

### 村上教授 リハビリ

やストレッチなど、

物理療法は重要で

たとえば体が硬く、

特に大腿二頭筋が硬

い人は腰に負担がか

かり、腰が疲労骨折

を起こします。スト

レッチやマッサージ

で大腿二頭筋を柔ら

かくすることで、疲

労骨折の予防になる。

スポーツ医学では治

療と予防どちらも大

事です。外来では治

療の話に加え、予防の話もして、次

の怪我を予防するようにしています。

怪我や故障というのは、その選手(患

者)に原因が必ずあります。その原

因を取るのが非常に重要で、そのた

めに理学療法が大事になってきます。

**与那覇理事長** 腰の疲労骨折の原因

が、腰が悪いわけ

ではなくて、大腿二頭

筋に問題があるとい

うのは、なかなか想

像できないことです。

痛みの原因が実は別

のところにある。そ

ういうことを診断で

きるのが、スポーツ

整形の真骨頂なのか

と思います。

**村上教授** そうなん

ですよ。腰の疲労骨

折は腰椎分離症につ

なっています。初期で



ヴィアティン三重ファミリークラブ代表取締役社長 後藤大介氏

2012年の設立。サッカーやバレーボール、陸上など10種目の競技があり、「子どもたちを笑顔に、地域と共に夢と感動を」を理念に活動する総合型スポーツクラブ。運営するヴィアティン三重バスケットボール(東海・北信越リーグ)、ヴィアティン三重バレーボール(Vリーグ)、ヴィアティン三重レディース(東海女子サッカーリーグ)のチームドクター契約を、みたき総合病院と締結

桑名市和泉680 ☎0594-87-6009  
◀ヴィアティン三重ウェブサイト



の知識を広く周知させていくことも、いつしよにやっていかねばと思いま



上)みたき総合病院本館1階にあるリハビリテーション室 右)リハビリテーション科の皆さん。みたき総合病院では、急性期から回復期、そして、在宅までのリハビリテーションに対応。今月より腎臓リハビリテーションを開始する



写真をダウンロード! 写真にかざすと、施術風景が見られます。

つてもらい、そのドクターからクラブへも連絡をしていただく。症状の把握のためにも、ドクターとの連携も大切だと思っています。子どもは無理をしても試合に出たがりま

す。村上先生のお話にあつた、選手生命を縮めてしまうような悲しいこ

とは起こってほしくないですから。

**村上教授** まずはスポーツ整形外科

に来ていただきたいですね。診断後

リハビリ、接骨院でマッサージや電

気治療などしてもらえばいい。接

骨院に最初から行って、通院し続け

る選択肢の他に、スポーツ整形外来

受診から接骨院へとの選択肢も提案

(推薦)します。

**スポーツ医学は治療だけでなく**

**怪我や故障の予防も大事な要素**

**与那覇理事長** スポーツ整形におい

ては、リハビリやストレッチも重要

とのことですが。



名古屋市立大学整形外科教授

### 村上英樹氏

1993年金沢大学医学部を卒業。同大学医薬保健学域医学類機能再建学(整形外科)准教授、タイ・コンケン大学客員教授などを経て、2019年に名古屋市立大学大学院整形外科分野教授に就任。専門分野は脊椎がんで、スポーツ医学にも注力。名古屋市立大学運動器スポーツ先進医学講座教授(兼任)

は、腰が悪いわけではなくて、大腿二頭筋に問題があるとい

うのは、なかなか想像できないことです。

痛みの原因が実は別のところにある。そ

ういうことを診断できるのが、スポーツ整形の真骨頂なのか

と思います。

**村上教授** そうなん

ですよ。腰の疲労骨折は腰椎分離症につ

なっています。初期で見つけて早く治療す

れば治ります。ただ治っても体が硬

いままだと、また分離症になってしま

います。再発しないためには、スト

レッチをしたりして筋肉を柔らかく

くする。筋肉を柔らかくすることで

腰の負担が減り、疲労骨折を起こし

にくくする。それが大事なんです。

**与那覇理事長** 特にお子さんは、ス

ポーツの前にしっかりとストレッチを

やる習慣がありませんか。

**後藤社長** 育成年代には、まだ専属の

トレーナーを付けられていません。

そうなるかと監督やコーチとなります

が、そういうことに精通しているか

が、とても重要になります。

**村上教授** 少年野球検診では、検診

前に監督やコーチを集めて講義をし

ます。こういうことをすれば、怪我

が予防できますよ、と。検診とセッ

トで行っています。

**与那覇理事長** このたびスポーツ整

形外来を開設しますが、予防のため

### information

みたき総合病院  
三重県四日市市生桑町菰池458-1  
☎059-330-6000  
http://mitaki.or.jp

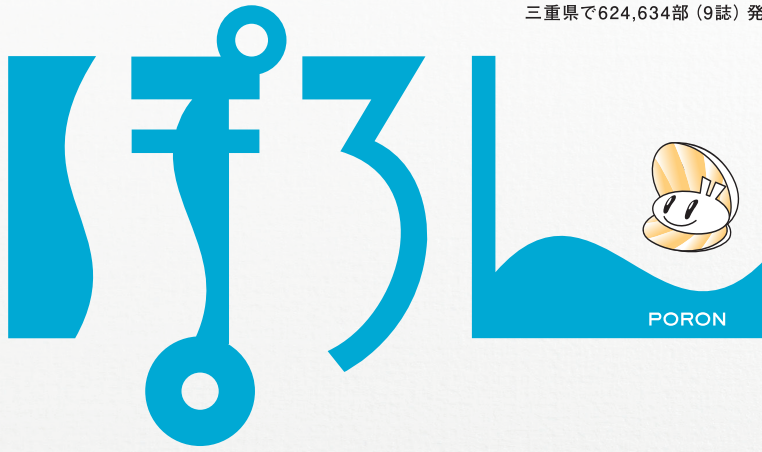
みたき総合病院スポーツ整形外来  
7月10日(土)より開設。毎週土曜日の午前  
中、肩・肘(月1回)、腰(月1回)、膝(月2回)  
の各専門医が交替で診療にあたります

診療は  
土曜日  
のみです!



医療法人尚豊会  
みたき総合病院理事長  
与那覇靖氏

四日市市生桑町に2000年8月、地域に貢献する医療機関として開設。基本理念は「創造的で、あたたかく、優しい保健、医療や福祉を心がけ、地域とともに歩みます」。急性期から回復期、療養期、緩和ケアまで幅広く対応する地域密着型の総合病院で、診療事業と並行して保健・健康診断事業も実施。現在の病床数199床、診療科目23科



7

2021 July

VOL.184

総発行部数 70,390部

無料各戸配布 68,068部

無料設置 2,322部

東証一部・名証一部 [証券コード:2139]

巻頭特集

地元の茶を使った個性派スイーツがずらり!

# いなべの茶っぷりん



◎みたき総合病院 医療とスポーツによる健康な地域コミュニティづくり  
早期回復と予防を目指すスポーツ整形

◎三重の逸品をご自宅で♪ 三重おとりよせ便

◎どんな職場か一目でわかる魅力ポイント付き ジモト企業の魅力発見!

地元の求人情報が満載! JIMOJOB ジモジョブ



三重県からののお知らせ

~イベント情報・注目情報・相談窓口~