

## 第9回肩関節機能研究会のお知らせ

日 時：2014年11月29日（土）午後3時

場 所：千代田ファーストビル西館 3F マルチパーパスルーム

参加費：5,000円

テーマ：「投球傷害：どのように肩・肘傷害は発生するのか」

参加人数制限：100名まで

「投球の肩・肘傷害」、今でも身体やコンディショニングを診て治療していませんか。投球傷害（外傷と *overuse* による障害）は投球動作により生じ、傷害を起こした選手の身体的・技術的・心理的問題は投球動作に表現されています。右投げの場合、胸郭が硬ければ並進運動後左サイドで上体の回転をリードしても右サイドもほぼ同時に回転し結果的に腕で投げてしまいます。技術的問題にはさまざまあるでしょう。投球動作を習ったことがない、投球動作に最低必要な5項目をできない等々。

野球では、何はともあれ、ボール（球）を目標に投げなくてはなりません。ピッチャーがストライクゾーンに投げられなければフォアボールや暴投、野手は一塁手に正確に投げてこそアウトを取れる。投球で最低限の目的は「目標にボールを正確に、かつ速く投げること」です。その目的のために選手はさまざまな手法を使います。右にボールが行きやすい場合は手関節を尺屈させたり、ボールが浮くときは腰椎を屈曲したりと、選手それぞれの癖をボールリリースで調整し投球方向を調整します。問題はそれらの調整をあくまで無意識に行い、その結果、「投球の肩・肘傷害」になることです。このような選手個別の問題を見抜ければ、傷害を起こす理由を説明しやすく、治療も容易でしょう。すなわち、「投球傷害はボールリリースで起こる」と私は考えています。今回の研究会では4名の講師から「どのように肩・肘傷害を起こすか」を聴きたく企画しました。皆様の知識欲を満たすことができればこの上ない喜びです。

なお、研究会参加のお申し込みは浜田純一郎 [email address](mailto:i-hamada@koriyama-h-coop.or.jp) までお願いいたします。

11月初旬に開催要項の詳細（開催場所の地図、講演タイトル等）を参加申し込み頂いた方に改めて配布いたします。

2014年7月31日

桑野協立病院 整形外科

浜田純一郎

[i-hamada@koriyama-h-coop.or.jp](mailto:i-hamada@koriyama-h-coop.or.jp)

タイムテーブル (演題名と講演者)

15:00 開催挨拶 浜田純一郎

講演 司会：浜田純一郎

15:05～15:40 「運動連鎖から考えた投球障害の原因」  
森原 徹先生 (京都府立医科大学 整形外科講師)

15:50～16:25

前田 健先生 (BCS Baseball Performance 代表)

16:35～17:10 「肩・肘障害のメカニズム：動作の力学」  
矢内利政先生 (早稲田大学スポーツ科学学術院)

17:20～17:55

山口光國先生 (セラ・ラボ)

18:10～19:30 総合討論 司会：菅谷啓之, 浜田純一郎