

野球肘からの段階的復帰プログラムの開発



【千葉キャンパス】健康医療スポーツ学部 リハビリテーション学科
理学療法コース 准教授

田中 直樹 Tanaka Naoki

URL : [帝京平成大学 教員業績紹介ページ](#)

キーワード : 野球・野球肘・肘関節・スポーツ復帰

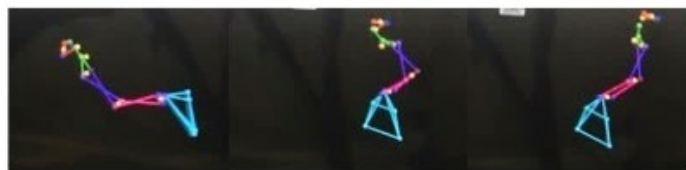


研究の概要

SDGs 目標 3 : すべての人に健康と福祉を

SDGs 目標 4 : 質の高い教育をみんなに

野球選手において、肘関節障害の罹患率は高く再発率も高い現状にあります。しかし、競技復帰するにあたり復帰の手順や方法は標準化されているとは言えない状況です。距離を指標とした方法を提示することは成長期において体格や能力の差が大きく、選手ごとの負荷が異なる可能性があります。また、選手の主観的な投球強度を指標とする口頭指示では、肘関節に加わる負荷やその再現性が明らかになっていません。例えば「80%の強度で投げる」と指示されても選手の主観的な投球強度で発揮されるパフォーマンスや関節の負荷が80%とは限りません。また、その精度は競技歴などの経験も大きく影響すると予想されます。以上より、本研究では、投球距離および主観的な投球強度における肘関節内反トルクとその再現性を明らかにし、野球選手の肘関節障害からの適切な段階的復帰の指標作成とすることを目的としています。



KHP

SFC

MER

BR



Wind up

Cocking

Acceleration

Deceleration

Follow
Through

実学へのつながり・産業界や自治体へのアピールポイント・協力可能事項・協力希望事項

健康に関する意識が高まっているなか、スポーツによるケガが原因で競技継続や復帰を諦めることは望ましくありません。多くの治療法が確立され始めているものの、復帰方法や復帰基準については未だ明確になっていません。子ども達やスポーツ選手のケガの再発予防プログラムを確立することは、長く運動を継続することに寄与する取り組みであると考えています。

知的財産・論文・学術発表など（詳細は右上 QR コードの教員紹介からご確認ください）

- ・「Throwing kinematics and elbow varus torque relative to ball size in junior baseball players」
- ・「Influence of pitching grip on shoulder and elbow injuries in junior baseball players, focusing on hand length and the metacarpophalangeal joint angle」
- ・「学童野球選手におけるボールの握り方の特徴と肩肘障害の関係」