

第6回大阪マラソン問診表データ集計結果

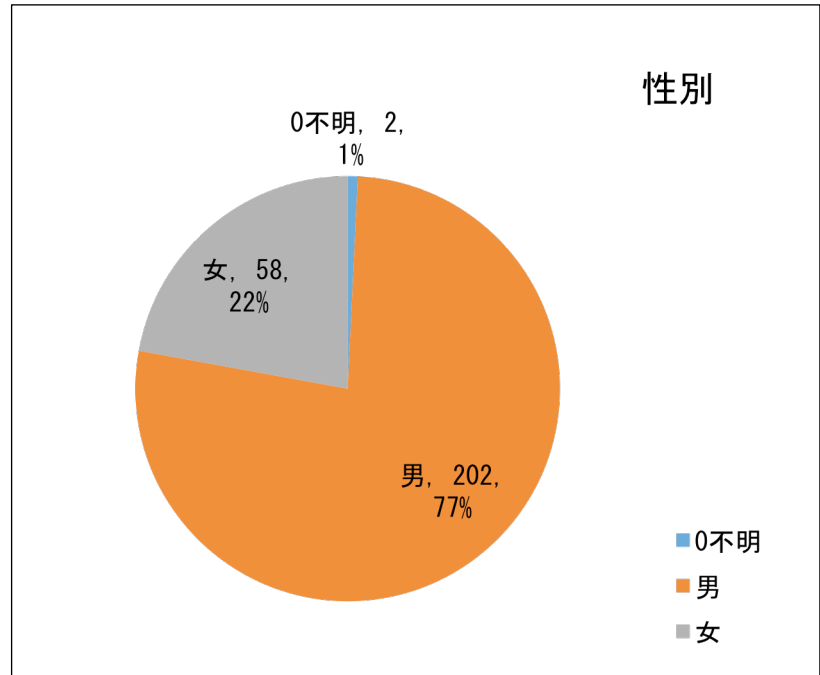
2016年10月30日（日）開催 データ数：262名

公益社団法人 大阪府鍼灸師会
普及啓発委員会

◆利用者の性別

性別		
男	202	77%
女	58	22%
(不明)	2	1%
総計	262	100%

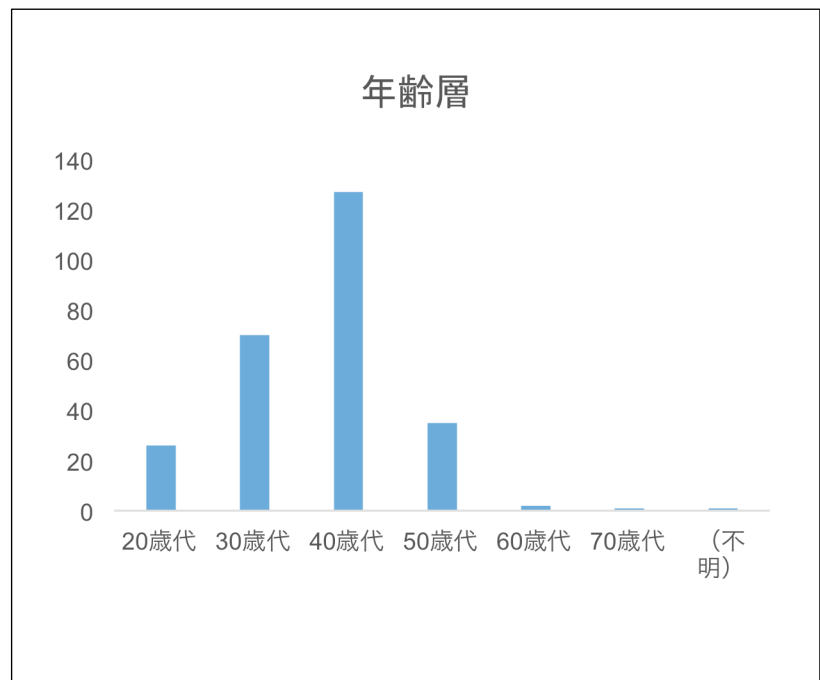
圧倒的に男性の利用者が多かった。



◆利用者の年齢分布

年齢		
20歳代	26	9%
30歳代	70	27%
40歳代	127	49%
50歳代	35	13%
60歳代	2	1%
70歳代	1	0.5%
(不明)	1	0.5%
総計	262	100%

利用者の約半数が40歳代であった。
30～50歳代で約90%を占めていた。



◆利用者のお住まいの地域

居住地		利用者数	計
海外	香港	2	5
	チェコ	1	
	台湾	1	
	中国	1	
東北	岩手県	1	3
	秋田県	1	
	宮城県	1	
関東	東京都	19	64
	神奈川県	12	
	埼玉県	6	
	千葉県	5	
	茨城県	2	
	栃木県	1	
	群馬県	1	
北信越	富山県	3	5
	石川県	1	
	福井県	1	
中部	愛知県	9	22
	静岡県	6	
	三重県	4	
	岐阜県	3	
近畿	大阪府	85	155
	兵庫県	33	
	京都府	22	
	滋賀県	7	
	和歌山県	5	
	奈良県	3	
中国	広島県	6	7
	岡山県	1	
四国	愛媛県	6	11
	徳島県	2	
	香川県	2	
	高知県	1	
九州	熊本県	2	3
	沖縄県	1	
不明	(不明)	5	5
総計			262

近畿地方の利用者の内訳

大阪府（計 85 名）
 大阪市（24） 吹田市（10）
 堺市（6） 豊中市（6） 豊中市（6）
 高槻市（5） 東大阪市（4）
 泉大津市（2） 大阪狭山市（2）
 大東市（2） 枚方市（2） 八尾市（2）
 池田市（1） 和泉市（1） 島本町（1）
 泉佐野市（1） 富田林市（1）
 高石市（1） 寝屋川市（1）
 藤井寺市（1） 箕面市（1） 空白（11）

兵庫県（計 33 名）
 神戸市（13） 西宮市（7）
 明石市（3） 尼崎市（2）
 加古川市（2） 姫路市（2）
 芦屋市（1） 豊岡市（1） 空白（2）

京都府（22 名）
 京都市（16） 宇治市（2）
 木津川市（1） 宮津市（1）
 向日市（1） 八幡市（1）

滋賀県（7 名）
 大津市（3） 近江八幡市（1）
 草津市（1） 長浜市（1） 栗東市（1）

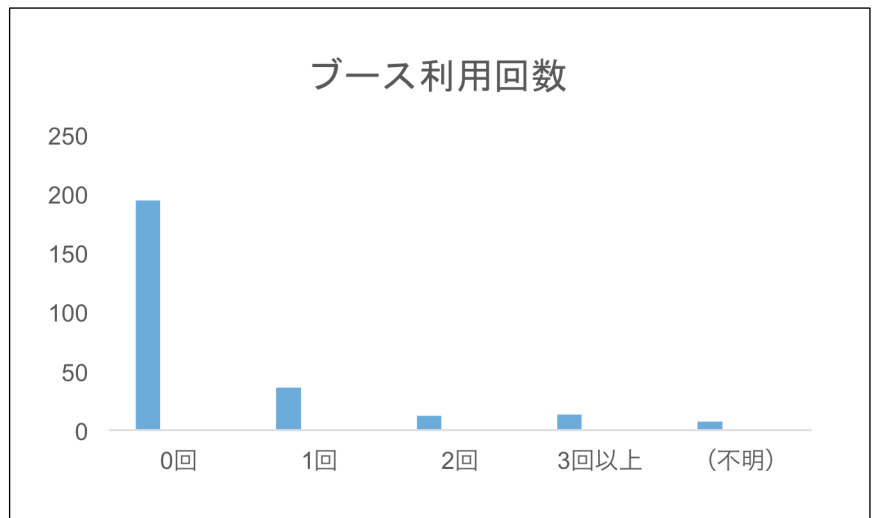
和歌山県（5 名）
 和歌山市（2） 田辺市（1） 不明（2）

奈良県（3 名）
 生駒市（2） 王寺市（1）

1. これまでに、大阪府鍼灸師会のボランティアブースの利用されたことはありますか？

利用回数		
0回	194	74%
1回	36	13.7%
2回	12	4.6%
3回以上	13	5%
(不明)	7	2.7%
総計	262	100%

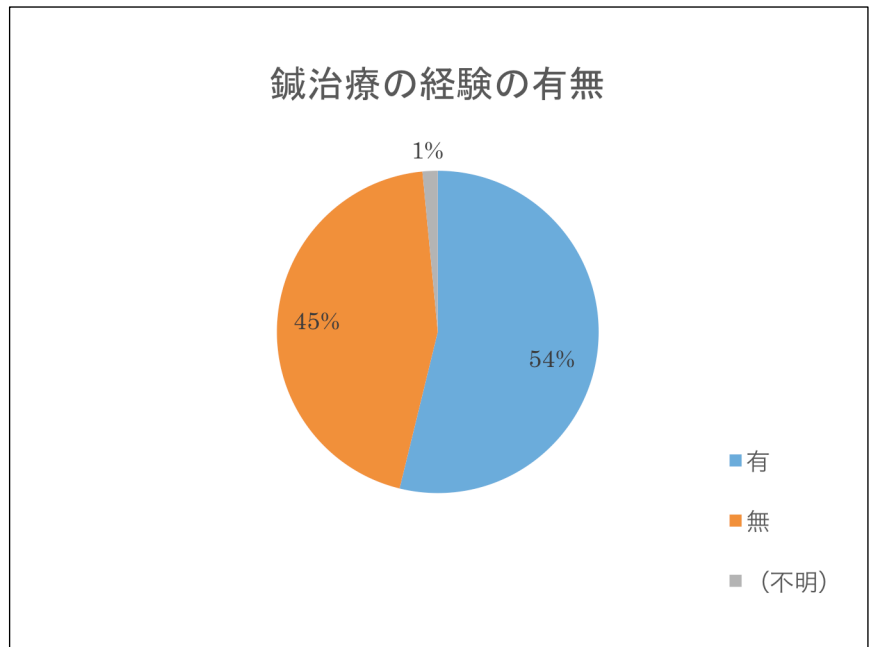
過去に本会のブースを利用した方が年々増加傾向にある。初めて20%を越えた。(昨年は12%)



2. ハリ治療の経験はありますか

ハリ治療の経験の有無		
有	141	53.8%
無	117	44.6%
(不明)	4	1.6%
総計	262	100%

ハリ治療の経験者も過半数を超えたデータは過去5年で初めての事。ただし、愛好家が集まったとも考えられる為、まだまだ正確とは言い難い。



3. 今日の体調を教えてください

今日の体調について	
大変良い	31
良い	81
ふつう	108
あまり良くない	29
良くない	3
(不明)	7
総計	262

利用者の大半の方は、良いコンディションで大会に臨めたと言える。

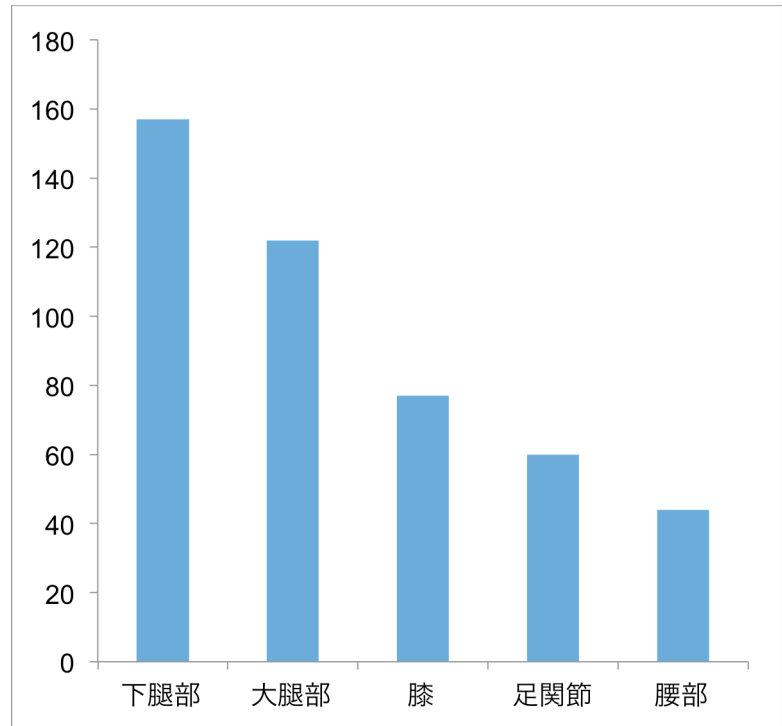
4-A 今、一番気になる身体の部位はどこですか？（複数回答）

部 位	計	合計
頸部	21	21
肩部	21	23
右肩	2	
背部	4	4
腰部	44	44
上半身		92
臀部	30	34
右臀部	1	
左臀部	3	
股関節	30	31
左股関節	1	
大腿部	122	122
膝	67	77
右膝	6	
左膝	4	
下腿部	150	157
右下腿部	7	
足関節	57	60
右足関節	2	
左足関節	1	
足部	32	34
右足部	2	
下半身		515

訴えの多い順に並び替えると・・・

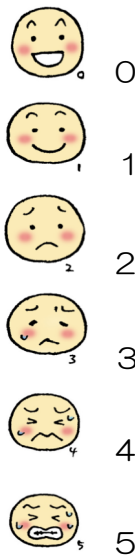
- 下腿部（157）
- 大腿部（122）
- 膝（77）
- 足関節（60）
- 腰部（44）と続いた。

集計からもわかるように、圧倒的に下半身の訴えが多い。



4-B 気になる部位の症状の程度はどの表情に近いですか

0	58	22.1%
1	2	0.8%
1.5	1	0.4%
2	48	18.3%
2.5	1	0.4%
3	77	29.3%
3.5	6	2.4%
4	50	19.0%
4.5	1	0.4%
5	18	6.9%
総 計	262	100%



2（不安）や痛み、5（かなりの痛み）を訴えるランナーが約80%近かった。走り終えた直後という事もあり、キツイと感じていると推測される。また、主観的なスケールとなるので、痛みに関する感覚や、これまでの経験等によっても差が出るので、結果だけを見て、一概には言い切れない部分がある。

5. マラソン歴を教えてください

マラソン歴	
1年未満	20
2～4年	98
5年以上	138
(不明)	6
総計	262

6. 月間練習日数を教えてください

月間練習日数	
10日以内	85
11日～20日	86
21日以上	87
(不明)	4
総計	262

2年以上、ランニングを続けているという方が約90%を占めており、ランニングブームであると同える。
また、週2日以上練習を続けている方も60%を越えており、日頃から練習をする習慣がある事がわかる。
加えて、練習する距離も1日平均5km以上走る割合が半数を越えており、一日の生活リズムの中で、「走る」という時間が設けられている事がわかる。

7. 月間走行距離に関して教えてください

月間走行距離	
150km以内	105
150～200km	46
200km以上	101
わからない	4
(不明)	6
総計	262

8. 金属アレルギーはありますか

金属アレルギーの有無	
有	8
無	251
(不明)	3
総計	262

9. ハリ治療（刺さないハリを利用）に同意しますか

鍼治療の同意	
同意します	248
同意しません	7
(不明)	7
総計	262

大半の方に同意を得る事が出来たが、約3%の方から同意を得られなかった事、約3%の方の確認不足だったことが今後の反省課題として挙がった。

10. 実際に施術した部位（複数回答）

部 位	計	合 計
頸部	16	16
肩	8	9
右肩	1	
背部	8	8
腰部	76	76
上半身		109
臀部	35	36
右臀部	1	
股関節	23	27
右股関節	3	
左股関節	1	
大腿部	84	101
右大腿部	10	
左大腿部	7	
膝	27	34
右膝	3	
左膝	4	
下腿部	134	148
右下腿部	8	
左下腿部	6	
足関節	21	27
右足関節	4	
左足関節	2	
足部	9	10
左足部	1	
下半身		383
その他	1	1
(不明)	29	29

施術の多かった順に並び替えると・・・

下腿部（148）

大腿部（101）

腰部（76）

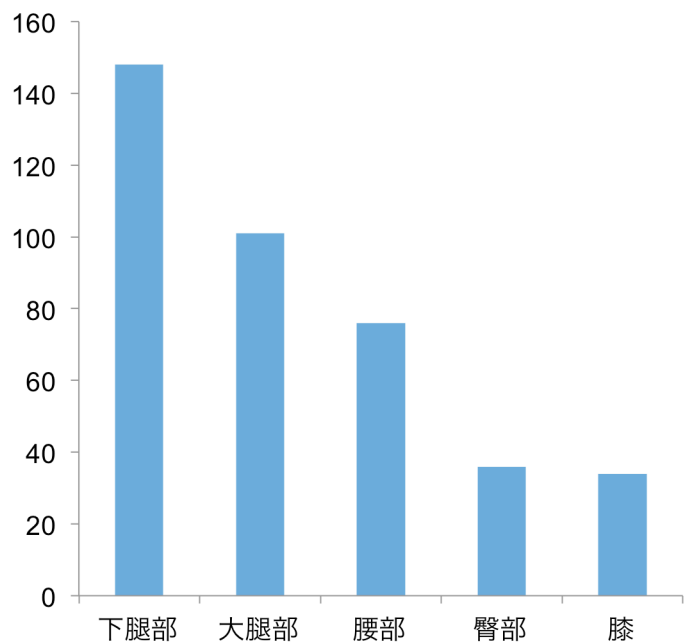
臀部（36）

膝（34）と続いた。

問診で伺った、ランナーの訴える主観的な部位と必ずしも一致していないことがわかる。

来年は、上記部位を中心に研修を重ねたいと思う。

また、施術内容が（不明）＝未記入となっている問診票が1割以上あるので、来年以降の課題としていきたい。



11. 指摘された部位の状態について

指摘部位の状態		
異常なし	40	15.2%
筋緊張	136	51.9%
圧痛	17	6.5%
腫脹	2	0.8%
疼痛	11	4.2%
その他	1	0.4%
(不明)	76	21%
総 計	262	100%

ランナーの訴えた部位の状態については、約半数が筋緊張によるものなので、我々が提供したストレッチングやパイオネックスの施術は十分、効果的であると言える。

上記質問回答と重なるが、（不明）＝未記入が20%を越えているので、「その他」に該当するのか、単純に記入漏れなのかを確認し、しっかり対応したい。

12. 施術内容（複数回答）

施術内容		
ストレッチ	227	86.6%
パイオネックス	146	55.7%
テーピング	5	1.9%
氷を渡した	9	3.4%
（不明）	23	8.8%

複数回答となるので、総数は多くなっているが、262名の利用者のうち、ストレッチを施したランナーが80%強、パイオネックスを施術したランナーが過半数となった。恐らく、約半数のランナーがストレッチとパイオネックスの両方の施術を受けたと推測される。

恐らく、アイシングのみの利用者の施術内容の大半が（不明）となっていると思われる。当初の指示のミスによるものとする。

