

2017 大阪マラソン大会 ケアステーション 報告



(公社) 大阪府鍼灸師会 スポーツ鍼灸プロジェクト委員会

第 7 回大阪マラソン大会

日時：2017 年 11 月 26 日 日曜日

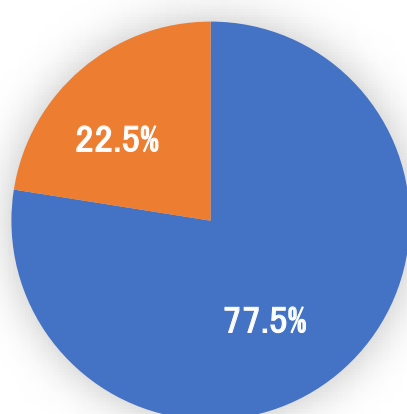
申込者

マラソン	個人	ペア	グループ	チャレンジラン (8.8km)
	98,815人	12,014人	12,487人	7,101人
申込者合計	130,417人			

出走者

出走者	マラソン	マラソン (車いす)	チャレンジラン (8.8km)
	30,011人	15人	1,982人
出走者合計	32,008人		

完走者男女比



■ 男性 ■ 女性



ボランティア活動の目的

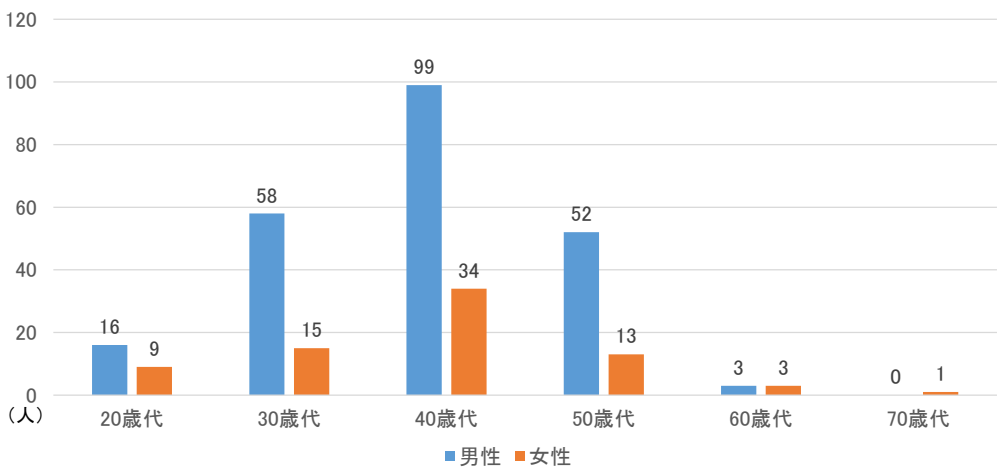
●鍼灸の普及啓発とスポーツ鍼灸ボランティア活動

ケガや病気の状態を緩解させ、あるいは予防することに効果がある鍼灸に関する正しい知識を府民の方々に知っていただくための情報発信の場として活動しています。「大阪マラソン」「高槻シティハーフマラソン」「河内長野シティマラソン」など、各地で開催されるスポーツ競技会等へ、当会のスポーツ鍼灸プロジェクトチームを派遣して、スポーツ傷害の予防とケア活動に当たっています。大阪マラソンでの活動は第 2 回大会から参加しています。

ケアステーション

フィニッシュ地点に設置されたケアステーションには、スポーツアロマ、コンディショニング、ボディーケア等、他団体による 5 ブースが設けられました。(公社) 大阪府鍼灸師会のブースでは、ストレッチング、パイオネックスゼロ（刺さない鍼）の貼付、テーピング、アイシングを施すコーナーを設置、大鍼会会員 21 人、一般鍼灸師（ぶらまいさん会員）1 人、学生スタッフ 21 人で対応しました。隣のブースに比べ、ベッド数がはるかに少なく、待ち時間が 30 分から 40 分になる時間帯が続く中、昨年より約 16% 増の 303 人のランナーが利用されました。受付、学生スタッフによる問診の後、鍼灸師と補助の学生スタッフが配置されたベッドに案内後、主に 5 分間のストレッチングを行い、必要に応じてパイオネックスの貼付、テーピング、アイシングを施しました。最後にアンケートを票への記入を依頼し、264 票を回収しました。

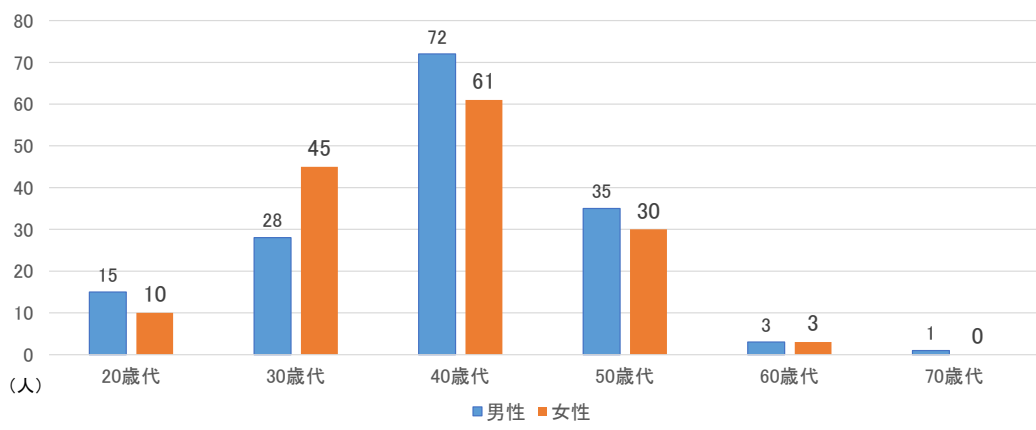
ブース利用者の性別、年齢について



出走者 30,011 人のうち、約 1% のランナーが鍼灸師会のケアブースを利用された。

男女比については、出走者は男性 77.5%:女性 22.5% に対し、ブース利用者は男性 75.2%:女性 24.8% と若干女性の割合が多く、また年代別にみると、男女ともに 40 歳代の人の割合が最も多かった。

性別・年代別
ハリ治療の経験の有無について



ハリ治療の経験のある人を性別、年代別に見てみると、いずれも 40 歳代が最も多く、次に多い年代は女性は 30 歳代、男性は 50 歳代であった。



ハリ治療の同意と年齢との関連

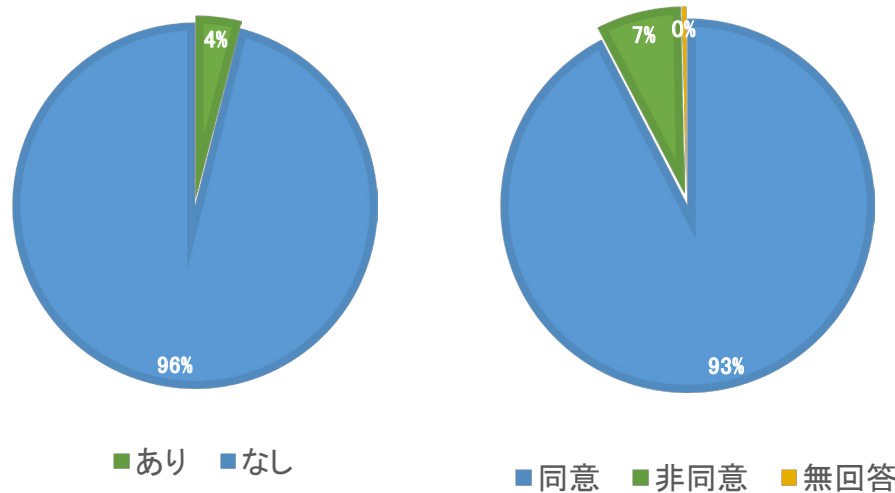
		年齢階層						合計	χ二乗test
		20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代		
ハリ治療	同意する	23	68	124	58	6	1	280	.909
		92.0%	93.2%	93.2%	89.2%	100.0%	100.0%	92.4%	
	同意しない	2	5	9	6	0	0	22	
		8.0%	6.8%	6.8%	9.2%	0.0%	0.0%	7.3%	
	無回答	0	0	0	1	0	0	1	
		0.0%	0.0%	0.0%	1.5%	0.0%	0.0%	0.3%	
合計		25	73	133	65	6	1	303	
		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	

P<0.05

χ二乗検定による有意確率とは：統計上、起こる確率が偶然とは考えにくい（有意である）と判断する基準となる確率。 通常 5 パーセント（0.05）、厳密を要する場合は 1 パーセント（0.01）を使う。

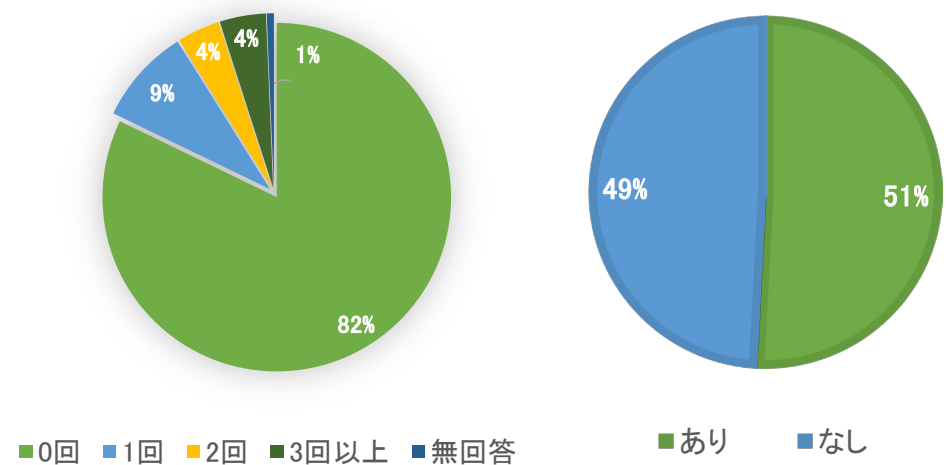
ハリ治療への同意と年齢との関連はみられなかった。

金属アレルギーの有無とハリ治療への同意



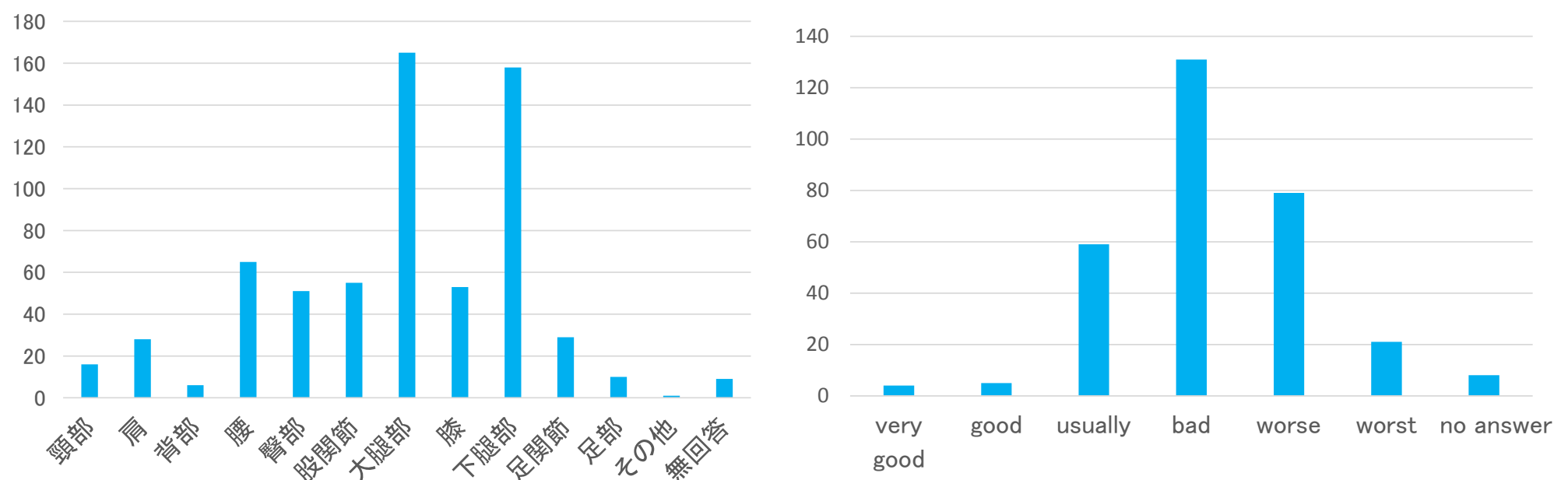
金属アレルギーの有無については、ない人の割合が96%であった。
またケアブースでのハリ治療（パイオネックス貼付）に同意された人の割合は93%であった。（四捨五入）

鍼灸ブース利用回数とハリ治療経験の有無



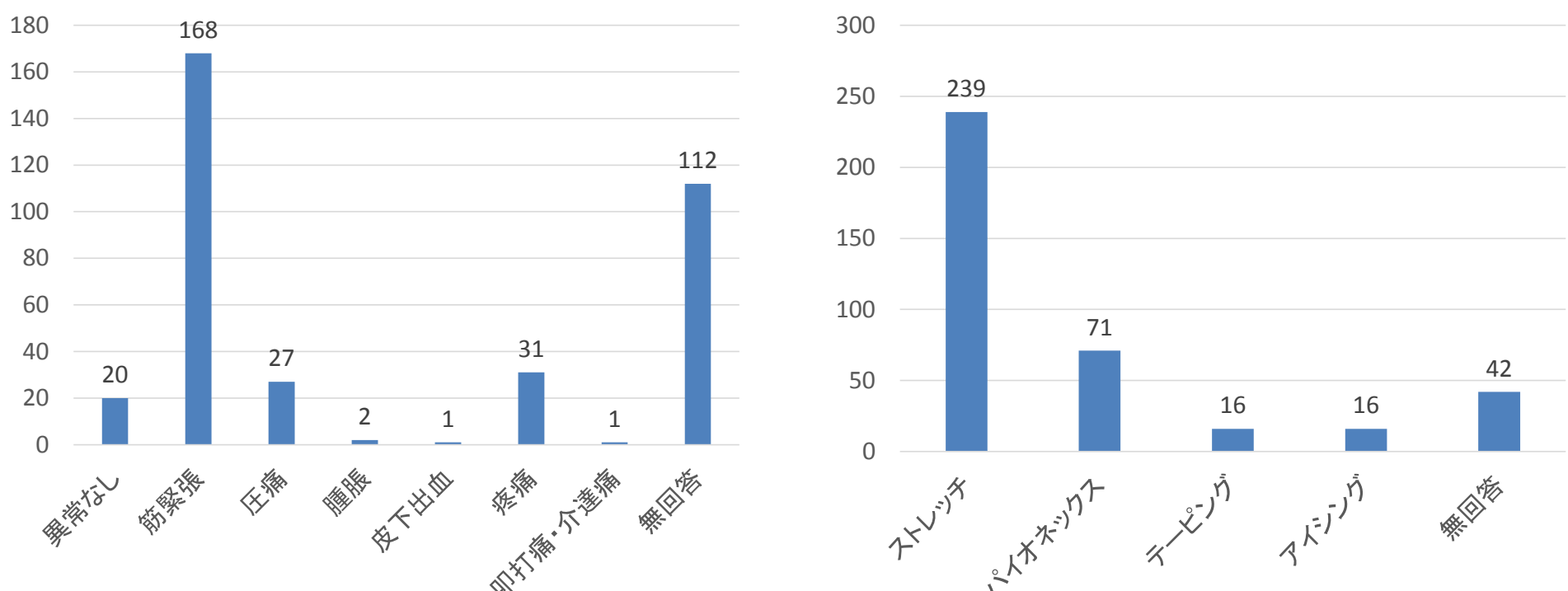
今までに大阪府鍼灸師会のケアブースを利用された回数は、0回の人が82%と、初めて利用された人が多かった。
またハリ治療の経験の有無については、ほぼ同数であった。（四捨五入）

気になる身体の部位と FACE SCALE（複数回答）



気になる身体の部位について最も多かったのが大腿部で54.5%で、次に下腿部で52.1%であった。
症状の状態についてはフェイススケールを用いた。6段階のうち、中央値よりやや悪いものを選択する人が43.2%であった。

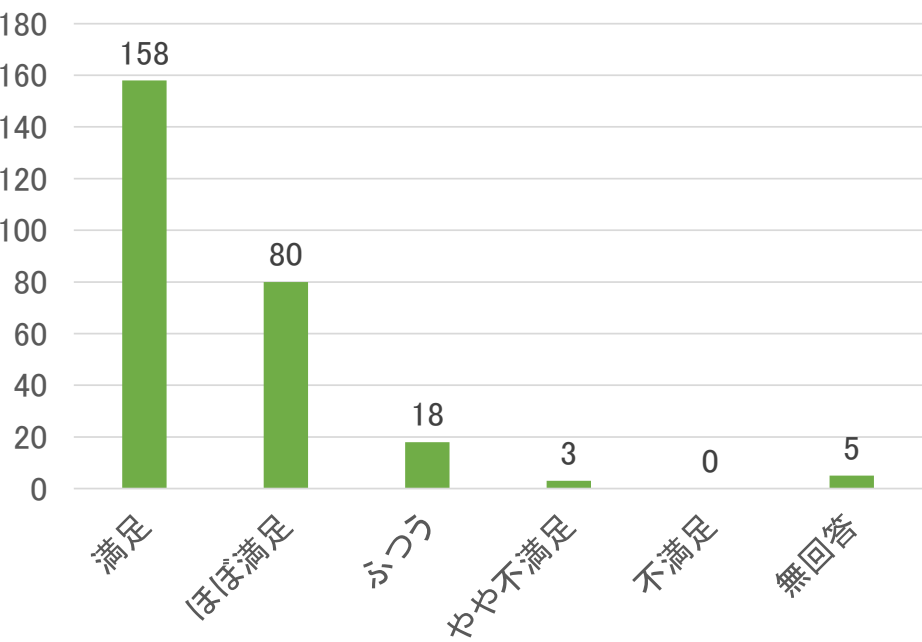
指摘部位の状態とランナーに提供したサービス（複数回答）



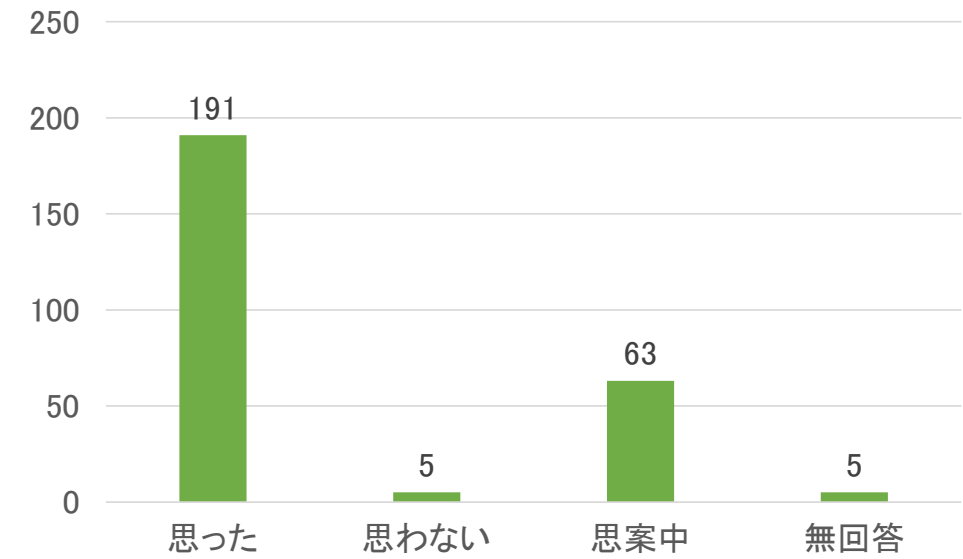
大半が筋緊張によるものであった。1人5分間のストレッチ及びパイオネックス貼付がメインのサービスを提供し、症状に応じてアイシングとテーピングを施した。無回答の多くは、施術者の記載漏れによるものが考えられた。

ケアに対する満足度と鍼灸に対する考え

●ケアに対する満足度を教えてください



●利用してみて、日頃のコンディショニングに鍼灸を利用したいと思いましたか



利用内容の満足度と鍼灸利用との関連

		利用内容の満足度					合計	χ 二乗 test
		満足	ほぼ満足	ふつう	やや不満足	無回答		
日頃のコンディショニングに、鍼灸を利用したいと思いますか	思う	133	50	8	0	0	191	<0.001
		84.2%	62.5%	44.4%	0.0%	0.0%	72.3%	
	思わない	1	2	1	1	0	5	
		.6%	2.5%	5.6%	33.3%	0.0%	1.9%	
	思案中	24	28	9	2	0	63	
無回答		15.2%	35.0%	50.0%	66.7%	0.0%	23.9%	<0.001
	無回答	0	0	0	0	5	5	
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	100.0%	1.9%	
合計		158	80	18	3	5	264	<0.001
		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	

P<0.05

スタッフの対応と鍼灸利用との関連

		スタッフの対応					合計	χ 二乗 test
		良かった	まあまあ良かった	ふつう	あまり良くなかった	無回答		
日頃のコンディショニングに鍼灸を利用したいと思いますか	思う	176	12	2	0	1	191	<0.001
		78.2%	44.4%	40.0%	0.0%	16.7%	72.3%	
	思わない	1	4	0	0	0	5	
		.4%	14.8%	0.0%	0.0%	0.0%	1.9%	
	思案中	48	11	3	1	0	63	
無回答		21.3%	40.7%	60.0%	100.0%	0.0%	23.9%	<0.001
	無回答	0	0	0	0	5	5	
		0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	83.3%	1.9%	
合計		225	27	5	1	6	264	<0.001
		100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	

P<0.05

まとめ

1. スポーツと鍼灸

スポーツ競技者におけるパフォーマンスの維持・向上のためには、競技トレーニングの他に、外傷や障害の防止のためにも、コンディショニングの調整、アフターケアが重要です。鍼灸は腰痛、膝痛など、いくつかのスポーツ障害に対しての効果を認める研究もあるように、施術所において鍼灸師はその効果を実感していることも多いかと思

ますが、その効果の認知度が低いことは明かです。競技スポーツにおいては、(公財)日本体育協会公認スポーツ指導者(H29年10月現在177,510人)他、多くの専属トレーナーや専門職が関わっていますが、経験の浅い人でも気軽に参加できるマラソンのような一般市民参加型の競技では、コンディショニングの調整やアフターケアに関する情報を知らないランナーも多く、競技後のケアやストレッチ、スポーツに関する鍼灸施術サービス等の情報提供は、アンケートの結果からも、鍼灸師に対する信頼感につながっていると考えました。

2. 鍼灸に関する普及効果

今回の利用者の80%以上が初回利用でしたが、利用後のアンケートでは72.3%の人が今後の鍼灸施術を希望しており、鍼灸を普及する機会としてはある程度の効果が期待できました。ケア内容の満足度に対しては、「満足」が59.8%、「ほぼ満足」が30.3%でした。23.4%の人が思案中と回答したことにしては、今回は主なサービスをストレッチとして、補足的にパイオネックスを使用した為であり、今後は直接的な鍼灸施術に結びつくサービス、調査を構築する必要があると考えました。

3. 今後の活動に向けて

スポーツや健康支援の分野において、鍼灸師は他の医療従事者、専門職と積極的に連携し、鍼灸の有用性について広く周知を図ることが重要です。今後の鍼灸の発展に向け、各会員においては(公社)大阪府鍼灸師会スポーツ鍼灸プロジェクト委員会を通して実施する活動に積極的に参加し、個々の活動では到底得ることのできないチームワークと、スポーツ分野での施術を体験・体得して頂き、鍼灸の受療率・認知度の向上を目指し、各地域における普及啓発活動に繋げて頂きたいと思

