

2020年1月17日

## 第45回日本陸上競技連盟トレーナー研修会報告書

先日開催されました日本陸上競技連盟トレーナー研修会についてご報告いたします。

### 記

1. 日時 2021年1月10日（日）
2. 場所 Zoom を用いたオンライン形式
3. プログラム

#### トレーナー部総会

「年頭の挨拶」

岩本広明先生（日本陸連医事委員会トレーナー部 部長）

「アンチ・ドーピングの最新情報」

山澤文裕先生（日本陸連医事委員会 委員長・丸紅健康開発センター）

#### 講義 テーマ –ハムストリングの肉離れにおける最新の知見–

「ハムストリングの肉離れの発生機序」

廣重陽介先生（日本陸連トレーナー部委員・環太平洋大学）

「ハムストリングの肉離れの評価・所見」

金子晴香先生（日本陸連医事委員会・順天堂大学）

加藤 基先生（日本陸連トレーナー部委員・帝京大学）

「ハムストリングの肉離れの治療・リハビリテーション」

荒井 慧先生（伊藤超短波株式会社）

武井隼児先生（日本陸連トレーナー部委員・水戸協同病院）

「ハムストリングの肉離れの予防の為にトレーニング」

眞鍋芳明先生（日本陸連トレーナー部委員・中京大学）

「総括」

#### 4. 内容

今回の研修会は昨今の状況を鑑み、オンラインで開催致しました。

トレーナー部総会は、岩本部長の年頭の挨拶から始まり、山澤先生から世界アンチ・ドーピング規定における2021年の改定内容の解説や、要点の整理、そして日本陸連が公開しているメディカル質問箱と新型コロナウイルス感染症対策ガイダンス資料についての情報共有をして頂きました。

講義は、「ハムストリング肉離れにおける最新の知識」をテーマに、各講師に専門分野における最新の知見と現場での実践を踏まえた内容をお話して頂き、活発な質疑応答も行われ、肉離れを様々な視点から捉える包括的な議論を行いました。今後、陸連トレーナー部の共通認識を深める足がかりとなる機会になりました。

以上