

年 報

27
号「令和6
年度」

横浜市スポーツ医科学センター

横浜市スポーツ医科学センター年報(令和6年度)

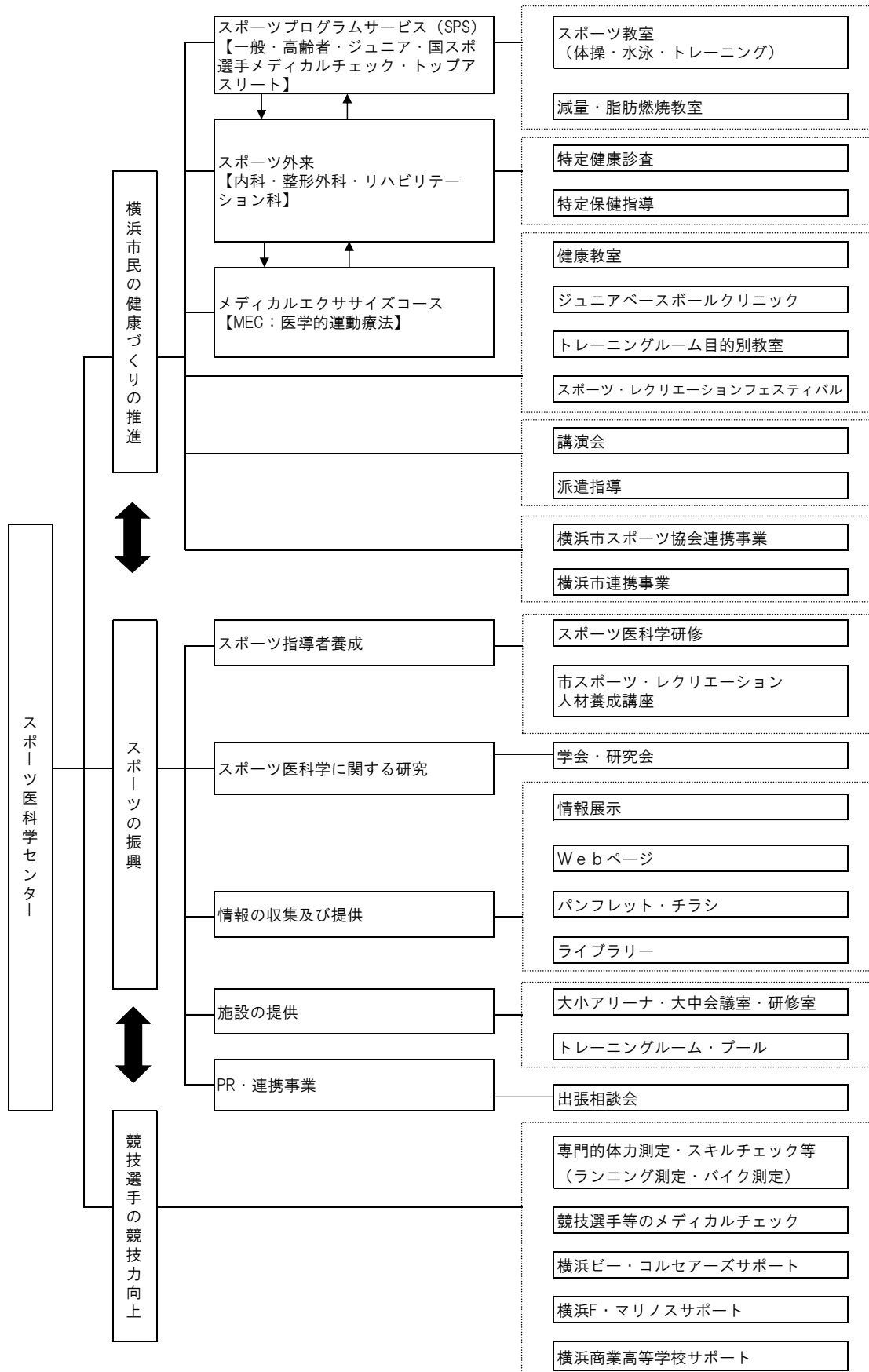
目 次

1	施設概要	1
2	事業体系図	2
3	事業概要	3
4	市民の健康づくり推進事業	9
	(1) スポーツプログラムサービス(SPS)	9
	(2) スポーツ外来	17
	(3) メディカルエクササイズコース(MEC)	27
	(4) スポーツ教室・健康教室・目的別教室	29
	(5) 健康に関する講演事業	36
5	スポーツ振興事業	38
	(1) スポーツ指導者養成	38
	(2) スポーツ医科学に関する研究	38
	(3) 情報の収集及び提供	47
	(4) 施設の提供	48
	(5) スポーツ大会、イベントでのPR・連携事業	50
6	競技選手の競技力向上事業	51
	(1) 専門的体力測定・スキルチェック等	51
	(2) 「横浜ビー・コルセアーズ」サポート	54
	(3) 「横浜F・マリノス」サポート	55
	(4) 「横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科」サポート	55
	(5) 「横浜桐蔭大学」サポート	55
	(6) 「岩崎学園」との連携協力	56

横浜市スポーツ医科学センターの施設概要

施設名称	横浜市スポーツ医科学センター
設置目的	スポーツ医科学に基づく、市民の健康づくりの推進、スポーツの振興及び競技選手の競技力の向上
所在地	横浜市港北区小机町 3302-5（日産スタジアム内 2 階東ゲート側）
延床面積	約 12,300 m ²
開設	平成 10 年 4 月 1 日
総工費	約 52 億円
運営費	983,332 千円（令和 6 年度実績）
利用者数	186,591 人（令和 6 年度実績） ※令和 6 年 5 月 16 日から令和 7 年 3 月 17 日まで天井脱落対策工事が実施され、小アリーナは 5 月中旬から 7 月末まで休止、9 月初旬から 3 月中旬までロビー・正面玄関は移設、体力測定室・理学療法室・トレーニングルームは縮小して営業。
開館時間	平日（月曜日～土曜日） 午前 9 時～午後 9 時 日曜日、祝日 午前 9 時～午後 5 時
開館日及び休館日	【開館日数】 347 日 【休館日】 年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日） 【施設点検日】 4 月～6 月及び 9 月～12 月は第 3 火曜日、1 月～3 月は第 3・第 4 火曜日（祝日の場合は営業日とする）
実施事業	①スポーツプログラムサービス（SPS） ②スポーツ外来・リハビリテーション ③スポーツ指導者の養成・研修 ④スポーツ医科学研究 ⑤スポーツ医科学情報サービス ⑥施設の提供
主な機器	等速性筋力測定装置、呼吸代謝測定システム、三次元動作解析装置、床反力計測定システム、磁気共鳴画像診断装置（MRI）、X 線画像診断装置（CR）、X 線骨密度測定装置、超音波診断装置、自動血球計数装置、生化学自動分析装置、多機能心電計
スタッフ	医師（内科・整形外科）、看護師、保健師、管理栄養士、臨床検査技師、診療放射線技師、理学療法士、スポーツ科学員、運動指導員 等
主な施設	大アリーナ（大体育館）、小アリーナ（小体育館）、プール、トレーニングルーム、研修室、会議室、ライブラリー（図書館）、相談室、診療所（診察室、理学療法室、体力測定室、運動負荷試験室）等
運営	公益財団法人横浜市スポーツ協会（指定管理者）

横浜市スポーツ医科学センター事業体系図



1 横浜市スポーツ医科学センターの役割

横浜市スポーツ医科学センターは、スポーツ医科学に基づいた市民の健康づくりの推進とスポーツの振興および競技選手の競技力の向上を目的とした施設として、平成10年4月に開設された。

当センターでは、多くの市民が安全で効果的にスポーツを行えるように、スポーツ医科学に関するさまざまなサービスを提供している。

健康な生活を送るため、スポーツを生涯にわたり楽しむため、競技者としてより強くなるため、などの目的に合わせて利用することができる。

(1) 横浜市民の健康づくりの推進

横浜市民一人ひとりが適切なスポーツ習慣をつけるよう支援する。

(2) スポーツの振興

健康づくりにつながるスポーツの振興に寄与する。

(3) 競技選手の競技力向上

スポーツ医科学に基づくトレーニング処方を作成して、アスリートをサポートする。

2 横浜市民の健康づくりの推進

(1) 健康状態や体力に応じたスポーツプログラムの提供：スポーツプログラムサービス（SPS）

生活・栄養・運動習慣についての問診、運動・スポーツに先立つメディカルチェック（医学的検査）と、体力の現状を探るフィットネステスト（体力測定）を行い、総合的に健康・体力に応じた運動（トレーニング）アドバイスやスポーツ医科学の最先端の知見に基づいた運動処方をその日のうちに提供する。

このスポーツプログラムサービス（SPS）には、市民の健康・体力の向上をサポートする「一般・高齢者 SPS」、ジュニアスポーツ選手向けの「ジュニア SPS」、競技選手の競技力向上をサポートするより専門的な「アスリート SPS」がある。

(2) スポーツ外来

①内科・循環器内科

一般的な内科系疾患の診療のほか、年々増加している生活習慣病（高血圧・高脂血症・糖尿病等）や循環器疾患（心筋梗塞・狭心症等）の諸症状改善や予防のために、内科のスポーツドクターが運動プログラムを処方する。また、スポーツ中に出現した内科系疾患や症状についても対応する。

②整形外科・スポーツ整形外科

小児から高齢者、一般市民からトップアスリートまで、スポーツによるケガや故障について、整形外科のスポーツドクターが診察・検査を行い、アスレティック・リハビリテーションを処方する。また、一般的な腰痛・肩こり・膝痛など日常生活におけるさまざまな整形外科的疾患に対して、運動プログラムを処方する。

③リハビリテーション科

スポーツ選手の外傷（急性・慢性）や成長期の障害、整形外科疾患に対する運動療法・物理療法のほか、トレーニングやフォーム・スキルチェックなども実施し、円滑なスポーツ復帰と再発予防を目的としたアスレティック・リハビリテーションを行う。また、日常生活における整形外科疾患に対する運動療法・物理療法を行い、痛みの軽減・緩和、機能回復のためのリハビリテーションを行う。

(3) メディカルエクササイズコース（MEC：医学的運動療法）

内科的・整形外科的に何らかの疾患を抱え、積極的に運動することで改善が望める方々を対象として、医師（スポーツドクター）の運動処方に基づいて運動指導員が指導する、メディカルエクササイズコースを実施している。この MEC には、センター内のアリーナ（体育館）等で実施するアリーナコースと 25m 室内温水プールで水中運動療法や水泳などを行うプールコースがある。

(4) 教室事業

市民の方々に日常的にスポーツを実践していただくため、通年事業として実施している「スポーツ教室」や、年間を数期に分けて定期的に実施する「健康教室」、個人の改善目的に合わせた「目的別教室」などの各種スポーツ実践事業を実施している。

(5) 健康に関する講演会

横浜市内各区の福祉保健センターなどから依頼を受け、医師や管理栄養士などを派遣して講演会を実施し、市民の方々に健康に関する各種の情報を提供している。

(6) 連携事業

横浜市の委託事業等を実施している。

3 スポーツの振興

(1) 研修・講習会の実施

横浜市からの依頼を受けて、横浜市中学校の運動部活動を担当する教諭や地域のスポーツ指導者に対して、安全にスポーツ活動を実践・指導していただくことを目的として「スポーツ医科学研修」や「スポーツ指導者の養成講座」などを実施し、スポーツ医科学に関する基礎知識を教授している。

(2) スポーツ医科学に関する研究

スポーツ医科学に関する各種の研究を行い、その結果を論文などにして発表している。

(3) 情報の収集及び提供

健康に関する各種情報を機関紙や Web ページなどで提供している。

(4) 施設の提供

施設貸出や個人利用を実施している。

(5) PR・連携事業

市民参加のイベント・大会等にスタッフが直接出向き、施設紹介及び理学療法士による個別無料相談を行っている。

4 競技選手の競技力向上

(1) 競技選手の専門的体力測定

プロスポーツチームや各種競技団体等の指導者・選手などからの要望に応じて、パフォーマンスを向上させるためのより専門的な体力測定を実施している。

(2) 競技選手等のメディカルチェック

神奈川県内の国スポ選抜選手やプロスポーツ選手・アマチュアスポーツのトップ選手などに対して、スポーツメディカルに関する各種の検査を実施している。

(3) 競技チームへのサポート

横浜ビー・コルセアーズや横浜 F・マリノスのプロチームに整形外科医師やメディカルトレーナー（理学療法士）が帯同し、練習から試合までの全般的なサポートを行っている。

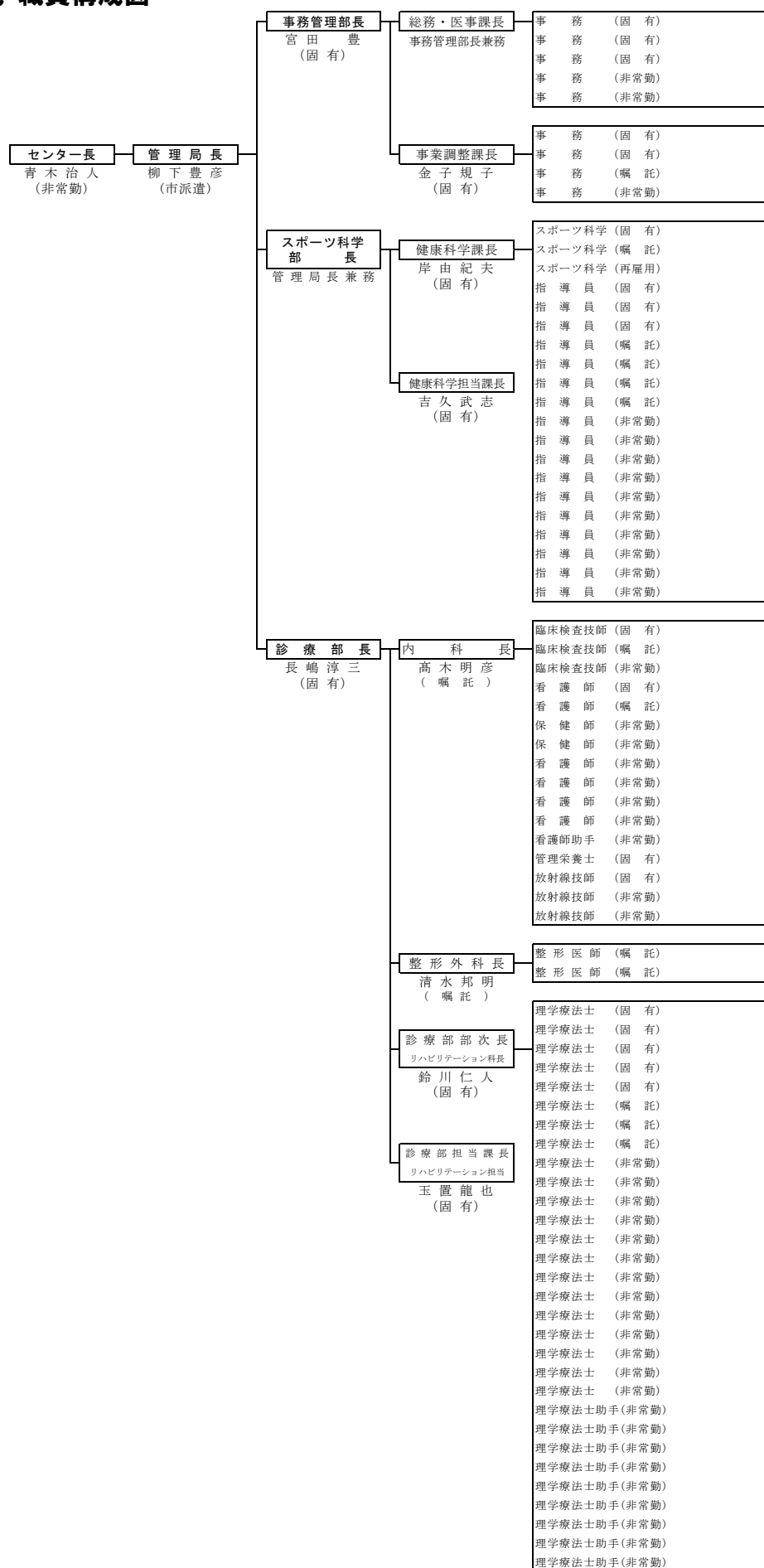
(4) 学校へのサポート

横浜国立高等学校、大学、専門学校の教育内容及び競技力向上に向けた医科学サポートを行っている。

5 令和6年度の状況

- (1) 組織・職員構成図・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・別表 1
- (2) 年度別収支状況（令和 2 年度～令和 6 年度）・・・・・・・・別表 2
- (3) 月別利用状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・別表 3
- (4) 年度別利用状況（令和 2 年度～令和 6 年度）・・・・・・・・別表 4

別表 1 組織・職員構成図



別表 2 年度別収支状況(令和2年度～令和6年度)

(税込)

年 度	令和2年度 (注1)	令和3年度	令和4年度 (注2)	令和5年度 (注3・4)	令和6年度 (注5・6)
料金収入等	579,959千円	416,579千円	461,804千円	446,728千円	488,961千円
指定管理料	322,675千円	393,411千円	395,079千円	531,700千円	550,647千円
総収入額	902,634千円	809,990千円	856,883千円	978,428千円	1,039,608千円
総支出額	845,133千円	819,028千円	888,469千円	905,224千円	983,332千円
収支差	57,501千円	△9,038千円	△31,586千円	73,204千円	56,276千円

(注1) 令和2年度指定管理料には新型コロナウイルス感染症拡大防止対応で縮小した事業への運営支援金222,338千円を含む。

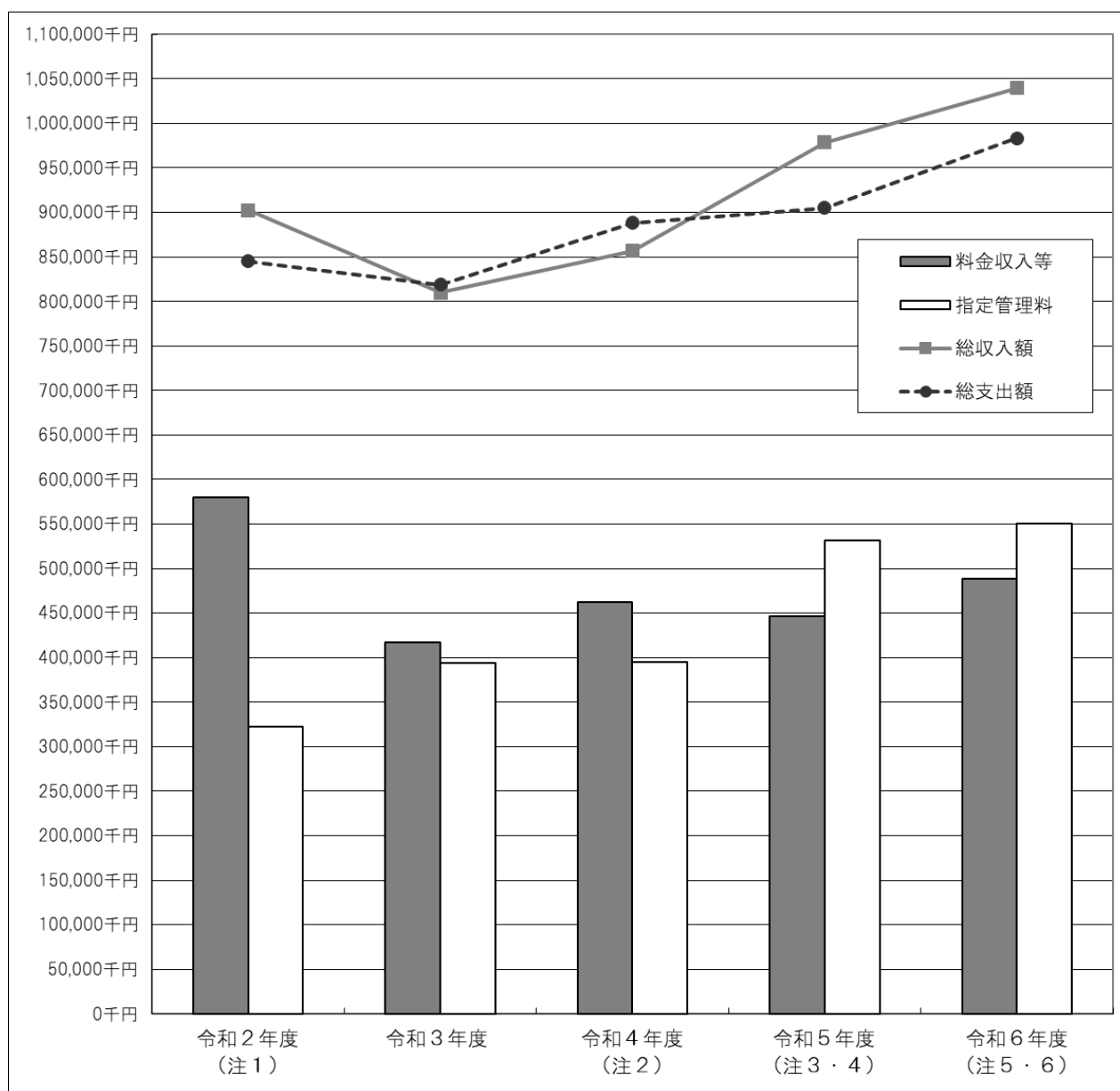
(注2) 令和4年度指定管理料には、スタジアム共用工事費1,265千円、物価高騰による追加分の運営支援15,541千円を含む。

(注3) 令和5年度指定管理料には、天井脱落対策工事費45,047千円、物価高騰による追加分の運営支援14,481千円等を含む。

(注4) 令和5年9月1日から令和6年3月31日まで、天井脱落対策工事のため、25mプールと大アリーナは休止した。

(注5) 令和6年度指定管理料には、天井脱落対策工事に伴う補填51,914千円、賃金水準改定に伴う追加配賦6,432千円を含む。

(注6) 令和6年5月16日から令和7年3月17日まで、天井脱落対策工事のため、一部縮小して営業した。



別表3 月別利用状況

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
SPS	62	51	107	181	27	52	66	79	145	122	76	55	1,023
一般 (18歳高卒以上64歳以下)	27	27	20	26	15	22	27	26	34	49	28	35	336
高齢者 (65歳以上)	33	22	39	36	7	14	36	32	20	26	42	16	323
ジュニア (高校生以下)	2	2	2	23	4	—	3	9	91	47	6	4	193
国スポ 他	—	—	46	96	1	16	—	12	—	—	—	—	171
外来	7,041	7,276	7,778	7,842	7,400	6,836	7,357	7,348	6,988	6,703	6,955	7,136	86,660
内科	237	253	261	253	254	254	263	358	283	243	233	302	3,194
内科外来	213	234	229	222	231	224	192	228	218	217	200	254	2,662
内科自費	7	4	12	10	7	9	59	111	45	14	15	23	316
栄養相談	7	6	4	5	8	8	4	4	7	2	4	4	63
特定保健指導	10	4	5	10	4	5	7	7	5	3	4	14	78
特定健診	—	5	11	6	4	8	1	8	8	7	10	7	75
整形外科	2,000	2,047	2,200	2,173	2,176	1,997	2,050	2,069	2,006	2,099	1,904	2,252	24,973
リハビリテーション科	3,933	4,142	4,403	4,473	4,174	3,770	4,177	4,071	3,909	3,558	3,844	3,815	48,269
メディカルエクササイズ (MEC)	871	834	914	943	796	815	867	850	790	803	974	767	10,224
施設利用	3,115	2,924	3,929	5,047	3,916	2,574	3,050	2,965	3,416	3,016	2,898	3,299	40,149
アリーナ	579	518	605	817	881	585	580	605	1,171	1,061	1,086	1,331	9,819
研修室・会議室	961	664	1,295	1,944	804	425	754	793	1,036	636	458	525	10,295
プール	540	686	838	1,141	1,154	1,041	1,190	1,056	716	855	894	986	11,097
トレーニングルーム	1,035	1,056	1,191	1,145	1,077	523	526	511	493	464	460	457	8,938
講座・講演（指導者養成）	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
指定管理事業 計	10,218	10,251	11,814	13,070	11,343	9,462	10,473	10,392	10,549	9,841	9,929	10,490	127,832
アスリート測定等	169	237	100	197	157	166	284	289	479	375	152	230	2,835
フォロー事業 (スポーツ教室)	3,784	4,017	4,074	4,156	3,792	4,397	4,165	3,903	3,069	3,802	4,020	3,916	47,095
教室・イベント事業	672	827	690	627	718	693	773	824	591	681	751	504	8,351
その他事業		—	—	242	—	—	—	218	—	—	18	—	478
自主事業 計	4,625	5,081	4,864	5,222	4,667	5,256	5,222	5,234	4,139	4,858	4,941	4,650	58,759
事業参加者 合計	14,843	15,332	16,678	18,292	16,010	14,718	15,695	15,626	14,688	14,699	14,870	15,140	186,591

別表 4 年度別利用状況(令和2年度～令和6年度)

(単位:人)

	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
SPS	884	1,232	1,223	1,085	1,023
一般(18歳高卒以上64歳以下)	350	461	413	359	336
高齢者(65歳以上)	291	321	291	357	323
ジュニア(高校生以下)	228	275	301	238	193
国スポ 他	15	175	218	131	171
外来	58,981	70,563	81,019	81,172	86,660
内科	2,947	3,183	3,692	3,194	3,194
整形外科	17,206	19,491	21,687	21,896	24,973
リハビリテーション科	33,150	39,272	45,415	46,468	48,269
メディカルエクササイズ(MEC)	5,678	8,617	10,225	9,614	10,224
施設利用	13,083	16,355	37,992	39,623	40,149
アリーナ	8,287	9,715	16,206	9,391	9,819
研修室・会議室	3,739	3,912	10,955	15,329	10,295
プール	—	345	3,268	3,567	11,097
トレーニングルーム	1,057	2,383	7,563	11,336	8,938
講座・講演(指導者養成)	586	184	58	254	—
指定管理事業 計	73,534	88,334	120,292	122,134	127,832
アスリート/スキルチェック	2,458	2,599	3,150	3,035	2,835
フォロー事業(スポーツ教室)	38,614	56,170	59,350	40,792	47,095
教室・イベント事業	2,803	5,135	8,012	8,140	8,351
その他事業	49	128	366	527	478
自主事業 計	43,924	64,032	70,878	52,494	58,759
事業参加者合計	117,458	152,366	191,170	174,628	186,591

4 市民の健康づくり推進事業

(1) スポーツプログラムサービス(SPS)

スポーツプログラムサービス（以下SPS）は、これから運動を行おうと考えている方や継続的に運動を行っている方を対象とし、問診・メディカルチェック・体力測定等により健康状態や体力などを総合的に把握した上で、各個人に運動実践のための具体的な資料やアドバイスを提供するものである。これは対象者により、次の3つに分類される。

- ①一般市民を対象としたもの（以下一般SPS）
- ②ジュニアスポーツ選手（小学生～高校生）を対象としたもの（以下ジュニアSPS）
- ③競技選手の競技力向上を対象としたもの（以下アスリートSPS）

一般およびジュニアSPSのメディカルチェック・体力測定項目は表1に示した。一般SPSで実施している各項目の詳細については、参考として13～16ページに記載した。

一般SPSはあらかじめ実施日を設定し、希望者からの予約を受付けている。また、団体利用については別途日程を調整している。ジュニアSPSは競技団体・学校・クラブチームなどの団体利用がほとんどであり、それぞれ日程を調整している。アスリートSPSについては、競技種目・競技レベル・目的などにより検査・測定項目が異なるため、依頼者と事前に内容や実施方法を協議した上で実施している。ジュニア・アスリートでも個人や少人数の場合には、効率化を図るため一般SPSと一緒にして実施することもある。

表1 SPSの検査・測定項目一覧

検査・測定項目		一般	ジュニア		
			高校生	中学生	小学生
メディカル チェック	尿検査	○	○	○	○
	血液検査	○	○	○	—
	X線検査（胸部）	○	○※1	—	—
	安静時心電図検査	○	○	○	○
	内科診察	○	○	○	○
	運動負荷心電図検査	○	○	○	○
	骨量検査（踵骨）	○	○	○	○
	食事調査（問診表）	○	○	○	○
形態・ 体組成等	身長・体重・BMI	○	○	○	○
	体組成（体脂肪率）	○	○	○	○
	骨年齢（手部X線撮影）	—	—	○※1	○※1
	皮脂厚（上腕後・肩甲骨・腹部）	—	○	○	○
	肩峰幅・腸骨稜幅・転子点高	—	○	○	○
体力測定	大腿部筋力（膝伸展／屈曲）	○	○	○	○
	握力	○	○	○	○
	脚伸展パワー（両脚）	○	○	○	○
	ジャンプ力（垂直跳び）	—	○	○	○
	全身持久力（運動負荷心電図検査）	○	○	○	○
	全身反応時間	○	○	○	○
	片脚バランス	○	○	○	○
	体前屈	○	○	○	○
	その他（オプション項目）	—	○※2	○※2	○※2

凡例 ○：実施 —：実施しない

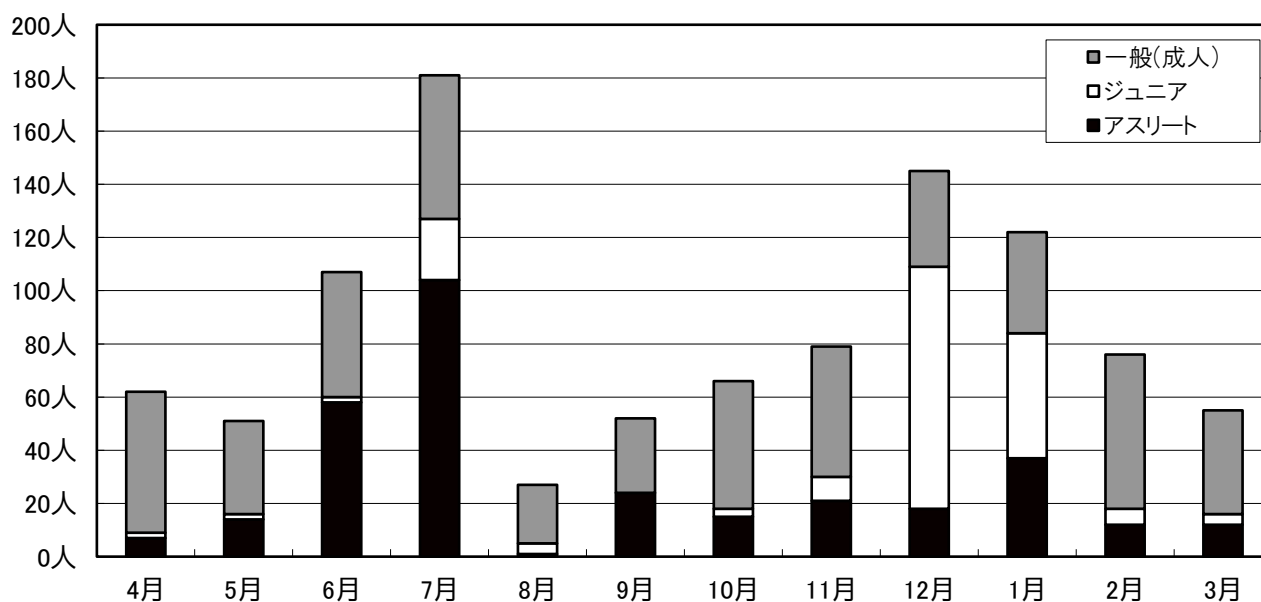
※1 年1回実施（同一年内に複数回利用の場合、2回目以降は実施しない）

※2 必要に応じて実施（項目の詳細については割愛）

表2 月別利用者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
一般（成人）	53	35	47	54	22	28	48	49	36	38	58	39	507
ジュニア	2	2	2	23	4	—	3	9	91	47	6	4	193
アスリート	7	14	58	104	1	24	15	21	18	37	12	12	323
合 計	62	51	107	181	27	52	66	79	145	122	76	55	1,023



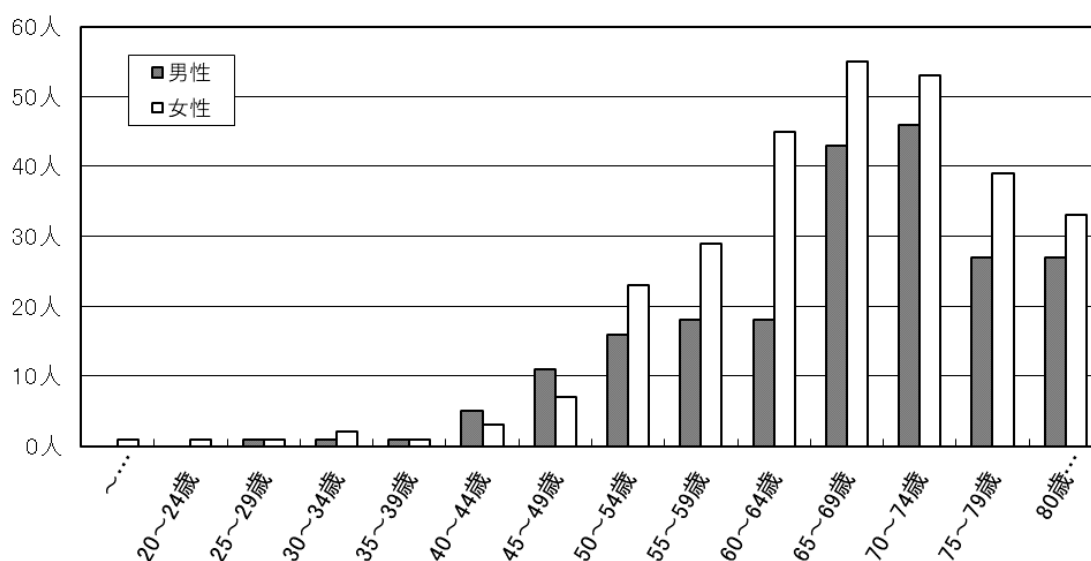
※一般（成人）とは、18歳高卒以上の大人で高齢者を含む。

※ジュニアは小学生から高校生まで、アスリートは大学生以上の競技選手

表3 一般（成人）SPS 年齢別・男女別利用者数

(単位：人)

	～19歳	20～24歳	25～29歳	30～34歳	35～39歳	40～44歳	45～49歳	50～54歳	55～59歳	60～64歳	65～69歳	70～74歳	75～79歳	80歳以上	計
男性	—	—	1	1	1	5	11	16	18	18	43	46	27	27	214
女性	1	1	1	2	1	3	7	23	29	45	55	53	39	33	293
合計	1	1	2	3	2	8	18	39	47	63	98	99	66	60	507



※一般（成人）とは、18歳高卒以上の大人で高齢者を含む。

表4 一般（成人）SPS曜日別利用者状況

個人のみ（減量・脂肪燃焼教室のSPSを含まない）

	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
利用者数（人）	—	—	189	189	129
実施日数（日）	—	—	34	38	20
定員（人）	—	—	272	298	154
1日平均（人）	—	—	5.6	5.0	6.5
利用率（％）	—	—	69.5%	63.4%	83.8%

全利用者（減量・脂肪燃焼教室のSPSを含む）

	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
利用者数（人）	—	—	179	189	120
実施日数（日）	—	—	33	38	19
定員（人）	—	—	262	298	145
1日平均（人）	—	—	5.4	5.0	6.3
利用率（％）	—	—	68.3%	63.4%	82.8%

表5 国スポ選手メディカルチェック月別利用者数

（単位：人）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
—	—	46	96	1	16	—	12	—	—	—	—	171

表6 ジュニアSPS学年別・男女別利用者数

（単位：人）

	～小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
男性	—	—	2	39	44	16	16	46	4	167
女性	—	—	—	1	3	5	2	14	1	26
合計	—	—	2	40	47	21	18	60	5	193

	小学生	中学生	高校生
男性	2	99	66
女性	—	9	17
合計	2	108	83

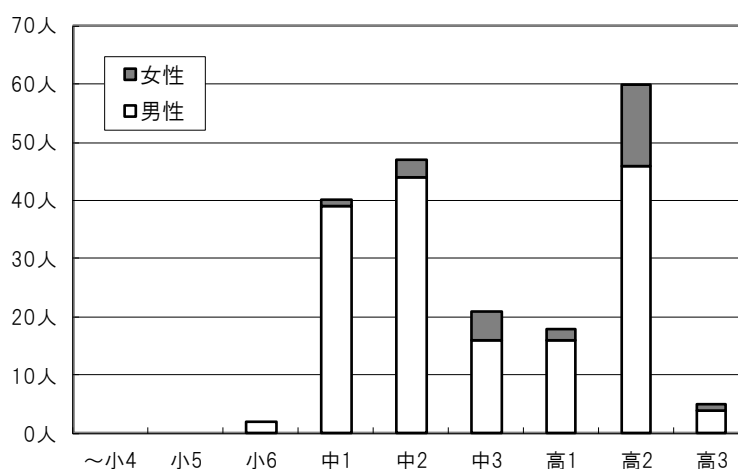


表7 ジュニアSPS種目別利用者数

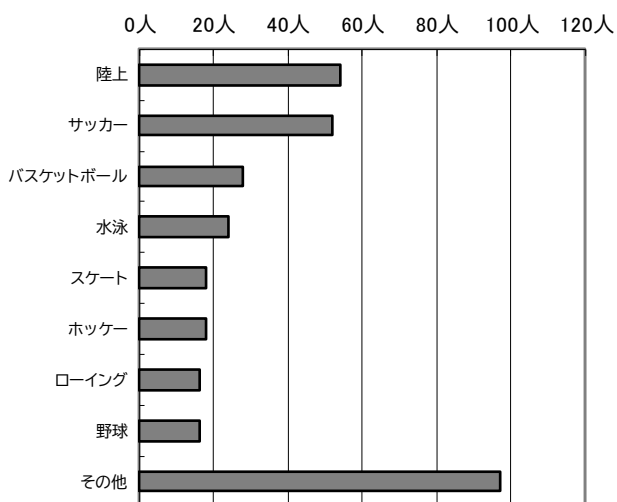
(単位：人)

		～小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
男性	サッカー	—	—	1	37	34	10	13	28	4	127
	陸上	—	—	—	2	10	4	1	2	—	19
	硬式野球	—	—	—	—	—	—	—	7	—	7
	バスケットボール	—	—	—	—	—	—	—	6	—	6
	スケート	—	—	—	—	—	1	1	1	—	3
	水泳	—	—	—	—	—	—	1	2	—	3
	野球	—	—	1	—	—	1	—	—	—	2
女性	陸上	—	—	—	1	3	3	—	1	—	8
	スキー	—	—	—	—	—	—	—	2	1	3
	スケート	—	—	—	—	—	—	1	2	—	3
	バスケットボール	—	—	—	—	—	—	—	2	—	2
	ソフトボール	—	—	—	—	—	—	—	2	—	2
	サッカー	—	—	—	—	—	—	—	2	—	2
	その他	—	—	—	—	—	2	1	3	—	6

表8 アスリートSPS種目別利用者数

(単位：人)

	男性	女性	合計
陸上	1	53	54
サッカー	46	6	52
バスケットボール	10	18	28
水泳	15	9	24
スケート	9	9	18
ホッケー	18	—	18
ローイング	5	11	16
野球	16	—	16
その他	67	30	97
合計	187	136	323



スポーツプログラムサービス(SPS)で実施される医学的検査項目の内容と説明

1. 尿・血液検査《小学生の血液検査はありません》

◇尿検査について

来院後に採尿しますので、当日朝からがまんすることはありません。約 50cc 必要です。

◇血液検査について

血液検査では、主に貧血の有無、肝障害、血清脂質、血糖、尿酸値を評価します。採血後はもまずに 5 分程しっかり抑えて下さい。腫れがみられるようであればおっしゃって下さい。また採血後皮下出血がみられることがあります数日で吸収されます。各採血項目の詳細は別項(右ページ:採血項目の詳細)をご覧ください。結果に記載されている基準値は成人のものです。判定欄の「L」は基準値未満を、「H」は基準値を超えることを意味します。

2. X 線検査《高校生以上は胸部レントゲン撮影、中学生以下は骨年齢》

◇胸部レントゲン撮影

胸部の正面の X 線撮影です。肺、心陰影を検査します。検査にご質問がある方は当日スタッフにお伝え下さい。

◇骨年齢

左手を撮影し、骨の成熟度を評価します。成長期では同じ暦年齢でも発育の度合いが異なります。骨から現在の発育状況を評価し、適切なトレーニング指導を行うために実施します。

※いずれの検査も放射線検査ですので被曝します。人間の太陽光を含めた自然環境による被曝量は年間 2,400 マイクロシーベルト (μSv) で、これ以外に許容されている年間被曝量は、一般の人で $1,000 \mu\text{Sv}$ とされています(例外もあります)。検査における被曝は撮影部位と散乱線による撮影部位以外の被曝がありますが、撮影部位の被曝量は、胸部撮影の胸壁で約 $100 \mu\text{Sv}$ 、骨年齢の左手で $10 \mu\text{Sv}$ です。撮影部位以外の被曝は、胸部レントゲン撮影で、胸と同じ高さの平面で胸壁からななめ前方 50cm の場所で $1 \mu\text{Sv}$ 以下です。骨年齢では、 $0.1 \mu\text{Sv}$ 以下です。生殖器や目など、撮影部位から上下に離れれば更に少なくなります。健康に障害を生じる量は 1 回で全身に $250,000 \mu\text{Sv}$ (250mSv) 被曝した場合といわれており、今回の検査における被曝量は健康に支障のない程度と考えています。

3. 安静時心電図, 運動負荷試験

心電図は、心臓の電気現象を体表から記録する検査です。これらの検査は、運動するにあたって心臓病がないか、またどの程度の運動能力があるかを調べるために行います。運動負荷試験は、安静時の心電図ではわからない心臓病を見つけるため、心電図、血圧を測定しながら運動(自転車エルゴメータ)を行います。運動中、気分が悪くなったり、もうできなくなったり、心電図や血圧に異常がみられましたら終了となります。専門医とスタッフが監視しながら安全に行いますが、検査中に不整脈や心筋梗塞が誘発されることがあります。これらは 1 万件に数件の割合と報告されています。

4. 食事調査

当日に提出していただく栄養問診から、1日の食事摂取量を概算します。また食品群別の摂取バランスや3大栄養素のバランスを算出します。

5. 骨量検査(音響的骨評価テスト)

踵の骨に超音波をあて、①超音波の伝わる速さと、②超音波の減衰度合いから骨の状態(丈夫さ、もろさ)を評価します。

【尿・血液項目の詳細】

■尿検査		
蛋白		主に腎臓病をしらべます。
糖		糖尿病をしらべます。
潜血		泌尿器系の出血をしらべます。
ウロビリノーゲン		肝障害、胆道系の異常をしらべます。
■血液一般検査		
白血球数		細菌感染で増加します。異常低値、高値は血液疾患を疑わせます。
赤血球数		主に貧血の有無をみます。
ヘモグロビン		主に貧血の有無をみます。血色素とも呼ばれます。
ヘマトクリット		主に貧血の有無をみます。
血小板		止血作用があります。異常低値、高値は血液疾患を疑わせます。
■血液生化学検査		
栄養状態	総蛋白	栄養状態、肝臓の働きを意味します。
肝機能	総ビリルビン	胆道系の異常、肝障害を意味します。
	GOT	主に肝細胞の障害を意味します。また運動後では高値になることがあります。
	GPT	主に肝細胞の障害を意味します。
	LDH	ほぼ全身の細胞に含まれる酵素ですが、主に肝臓、肺、心臓などの障害をしらべます。運動後では高値になることがあります。
	ALP	主に胆道系の異常、肝障害を意味します。骨にも含まれるため成長期では高値になります。
	γ-GTP	胆道系の異常、肝障害を意味します。また、過栄養性脂肪肝、アルコール性肝障害をよく反映します。
筋肉の障害	CPK	主に筋肉に含まれる酵素です。異常高値は筋肉の障害を意味します。
高脂血症	中性脂肪	アルコール、カロリー過多で増加します。コレステロールとともに動脈硬化を進めます。
	総コレステロール	コレステロールの総和です。動脈硬化を進めます。
	HDL コレステロール	善玉コレステロールで動脈硬化を抑制します。
	LDL コレステロール	悪玉コレステロールで動脈硬化を進めます。
糖尿病	血糖	糖尿病をしらべます。
	ヘモグロビン A1c	1 か月の血糖の変動を表します。糖尿病の発見と経過をみるための検査です。
鉄	血清鉄	低値は鉄欠乏状態を表します。
腎機能	尿素窒素	腎臓の濾過機能をみます。
	クレアチニン	腎臓の濾過機能をみます。
高尿酸血症	尿酸	蛋白過多、アルコール過多で増加します。高値、変動が大きいと痛風を発症することがあります。
炎症反応	CRP	感染や炎症の存在を表します。

【参考】SPS 受診者用配布物②

●体力測定(フィットネステスト)項目の説明

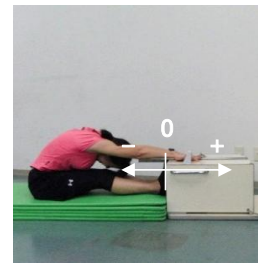
＜形態・体組成測定＞

身長、体重、体脂肪率、推定筋肉量を測定します。体脂肪率と推定筋肉量はマルチ周波数によるインピーダンス方式で測定します。そして、体脂肪率と推定筋肉量のバランスから体型判定を行います。尚、測定に使用している電流は非常に微弱で、刺激を受けることも、影響を与えることもありません。ただし、「心臓ペースメーカー」など体内に機器を装着されている方のご使用はできませんので、対象の方は事前に必ずその旨をお伝えください。



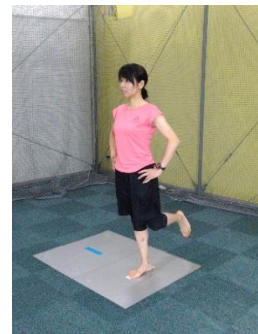
＜柔軟性＞

長座位から膝を伸ばした状態で前屈を行い、両手の指先の到達点を測定します。足底面を基準としています。尚、無理して行くと、腹筋が攣れたり、腰部を痛めたりすることが希に有りますのでご注意ください。



＜片脚立ちバランス＞

片脚で20秒間立った時に、身体がどれだけ揺れるかを調べます。左右・前後方向の揺れの大きさを算出します。それらの値は小さいほど安定していることを示し、片脚立ちのバランスが良いことを意味します。



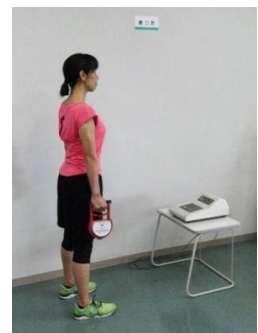
＜全身反応時間＞

光刺激に対してどれくらい早く反応できるかを調べます。ランプが光ってから足が地面から離れるまでの時間を測定します。光の刺激が目から脳へと伝わり、脳からの命令が筋肉に伝わる神経系の能力と動作自体が素早くできているかの両方を反映します。数値が小さいほど反応が良いことになります。



＜握力＞

握力計を用いて、物をつかむ・握る力の最大値を計測します。上半身の筋力評価として実施します。左右2回ずつ測定します。



＜両脚伸展パワー＞

足に固定したプレートを両脚でできる限り強く蹴り出し、そのときに発揮されたパワーを測定します。反動動作を使わない条件での、脚(主に股・膝関節)のパワー発揮能力を表します。プレートに加わった力が大きいほど、パワーも高くなります。パワーは体重で割った値で評価します。下半身のパワーが体重あたりどのくらいあるか評価し健脚度をチェックします。ただし、膝を痛めているなど測定に支障がある方は当日ご相談ください。



＜動的筋力(右膝伸展・屈曲トルク)＞

BIODEXというマシンを使って膝関節周りにどれくらいトルクを発揮できるのかを調べます。トルクというのはあるものを軸周りに回す能力です。伸展トルクは大腿の表側の筋肉が発揮した力を、屈曲トルクは大腿の裏側の筋肉が発揮した力を表します。トルクを体重で割った値でそれぞれの筋力を評価します。大腿の表側、裏側の筋力は多くの運動において必要な要素です。しっかり体重を支えられる筋力がバランスよく備わっているかチェックします。この測定機器はリハビリテーション用としても使用されているもので危険性は少ないと思われませんが、測定は全力で行います。不安のある方はご相談ください。



＜運動負荷テストPWC75%HRmax＞

運動負荷テストは運動時の心電図や血圧のチェックが第一の目的ですが、その際のペダル負荷と心拍数のデータから持久力の評価もあわせて行います。テストが始まるとペダル負荷が徐々に増え、それとともに心拍数も増加します。全身持久力に優れている人ほど負荷の増加に対する心拍数の増加は小さくて済みます。「PWC75%HRmax」とは心拍数が推定最高心拍数の75%(20歳の人で150拍/分、60歳の人で120拍/分)になるように自転車の負荷を調節した時の負荷の大きさです。評価は体重あたりの値で行い、数値が大きいほど持久力があるということになります。

ただし、不整脈がある場合や、一部の降圧剤・緑内障の点眼薬など、心拍数の増加に影響のある薬を使用している場合には、持久力が正しく評価されないことがあります。しかし、治療を継続していることの方が優先されますから、それらのお薬を使用している方は、当日も服薬して来所してください。

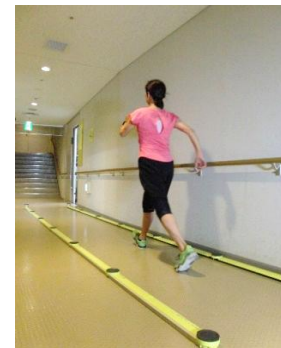


＜最大歩行速度＞

11mの歩行路をできる限り速く歩行し、その中間部分の平均速度(m/分)を算出します。歩行の測定ですので、走らないようお気をつけください。(両足が同時に地面から離れる瞬間があると、走っていると判定されます。)

過度な大またや前傾姿勢など、普段と極端に異なる歩き方をすると、転倒やケガにつながる可能性がありますのでご注意ください。

ジュニアは実施しません。



(2) スポーツ外来

当センターのスポーツ外来は、循環器内科・内科・整形外科・スポーツ整形外科・リハビリテーション科があり、診療等の内容は次のとおりである。

①内科・循環器内科

スポーツに関連した症状について専門的診療を実施する。また、心臓病や生活習慣病（高血圧・高脂血症・糖尿病等）の診断と治療を行う。治療には、運動療法を積極的に取り入れ、疾病の予防にも取り組む。

②整形外科・スポーツ整形外科

スポーツによるケガや故障について診察・検査を行い、スポーツ理学療法を処方する。また、肩こり・腰痛・膝痛など一般の整形外科的疾患にも運動療法を積極的に取り入れ、症状の緩和・消失を目指す。

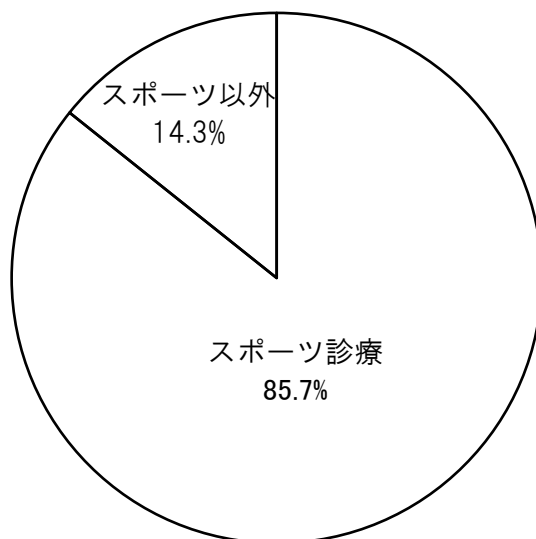
③リハビリテーション科

スポーツ選手の外傷（急性・慢性）や成長期の障害、整形外科疾患に対する運動療法・物理療法のほか、トレーニングやフォーム・スキルチェックなども実施し、円滑なスポーツ復帰と再発予防を目的としたスポーツ理学療法を行う。

表1 スポーツ診療の割合（内科・整形外科）

（単位：人）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
スポーツ診療	1,961	1,949	2,118	2,070	2,093	1,918	1,959	1,991	1,924	1,961	1,818	2,198	23,960
スポーツ以外	259	336	323	335	321	312	342	417	345	369	301	331	3,991
合計	2,220	2,285	2,441	2,405	2,414	2,230	2,301	2,408	2,269	2,330	2,119	2,529	27,951



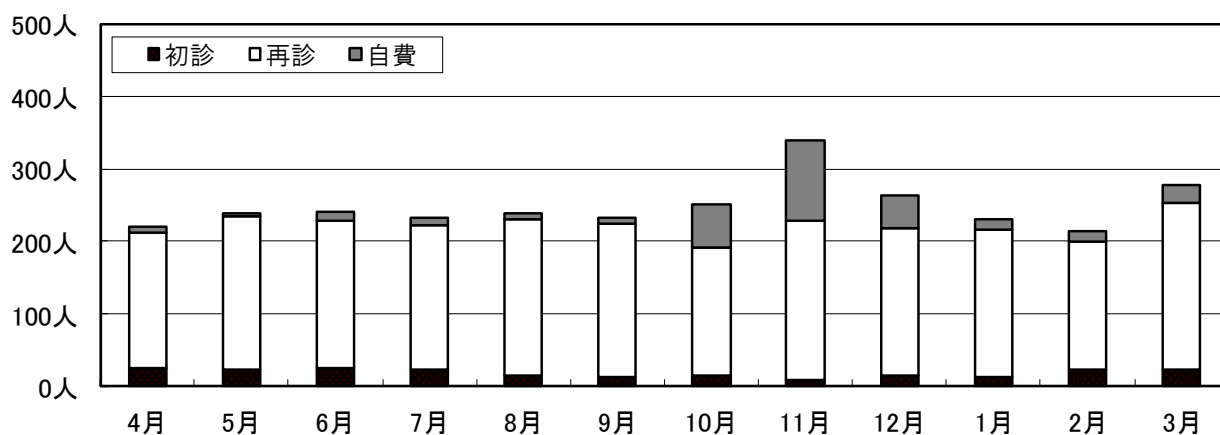
①内科

(ア) 内科

表 1 内科月別受診者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
初診	25	24	25	24	15	13	16	10	16	13	23	23	227
再診	188	210	204	198	216	211	176	218	202	204	177	231	2,435
自費	7	4	12	10	7	9	59	111	45	14	15	23	316
合計	220	238	241	232	238	233	251	339	263	231	215	277	2,978



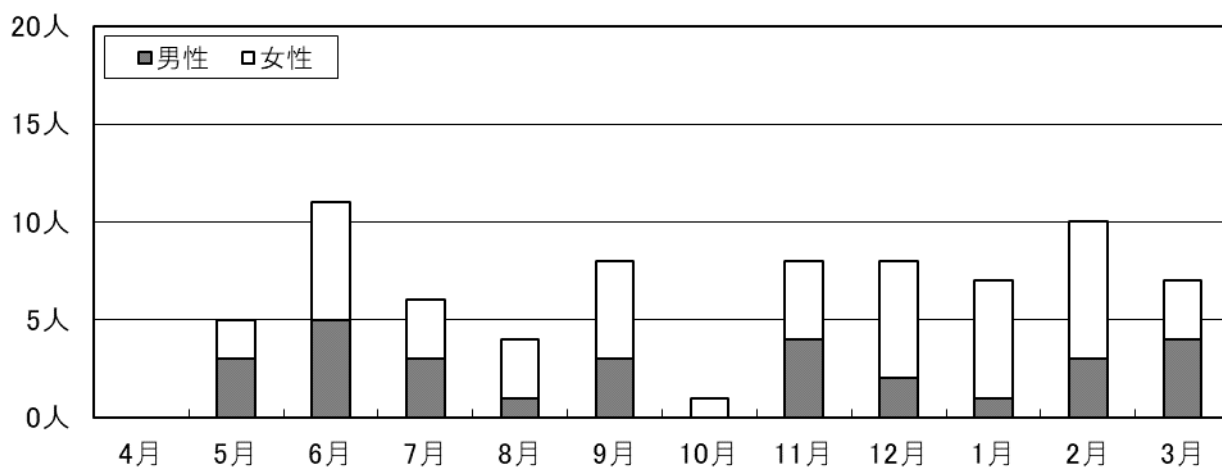
※初診は前回の受診から3か月以上経過した受診者を含む。ただし、特定疾患患者は除く。

※国スポ選手メディカルチェック、特定保健指導は含まない。

表 2 特定健康診査月別・男女別受診者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	3	5	3	1	3	—	4	2	1	3	4	29
女性	—	2	6	3	3	5	1	4	6	6	7	3	46
合計	—	5	11	6	4	8	1	8	8	7	10	7	75



(イ) 検査

表 1 月別検査総数

(単位：件)

				4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
検体検査	一般検査	尿一般	外来・健診	45	50	47	40	51	52	46	50	40	50	41	52	564
			特定健診	—	5	11	6	4	8	1	8	8	7	10	7	75
			SPS	46	39	56	69	17	28	52	64	54	69	63	53	610
			国スポ	—	—	46	96	1	16	—	—	—	—	—	—	159
			減量教室	10	—	—	—	9	—	—	—	—	—	—	—	19
		尿沈渣	13	6	15	7	11	6	12	10	16	14	4	11	125	
	小計			114	100	175	218	93	110	111	132	118	140	118	123	1,552
	血液一般検査	外来・健診	134	165	135	148	136	141	125	150	120	140	126	156	1,676	
		特定健診	—	3	4	2	2	6	1	7	5	3	7	4	44	
		SPS	52	51	60	70	17	36	65	64	54	78	71	53	671	
		国スポ	—	—	46	96	1	16	—	—	—	—	—	—	159	
		減量教室	10	—	—	—	9	—	—	—	—	—	—	—	19	
	小計			196	219	245	316	165	199	191	221	179	221	204	213	2,569
	生化学検査	外来・健診	135	166	135	150	138	143	125	153	120	142	126	158	1,691	
		特定健診	—	5	11	6	4	8	1	8	8	7	10	7	75	
		SPS	52	51	60	70	17	36	65	64	54	78	71	53	671	
		国スポ	—	—	46	96	1	16	—	—	—	—	—	—	159	
		減量教室	10	—	—	—	9	—	—	—	—	—	—	—	19	
小計			197	222	252	322	169	203	191	225	182	227	207	218	2,615	
外部委託			28	36	35	24	17	23	26	26	32	65	28	31	371	
検体検査小計				535	577	707	880	444	535	519	604	511	653	557	585	7,107
生理機能検査	安静時心電図検査	外来・健診	35	41	33	37	42	36	41	29	30	30	42	37	433	
		特定健診	—	2	3	3	—	4	—	2	1	3	4	2	24	
		SPS	46	39	56	69	17	28	52	64	58	69	64	53	615	
		国スポ	—	—	46	96	1	16	—	—	—	—	—	—	159	
		減量教室	10	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10	
	小計			91	82	138	205	60	84	93	95	89	102	110	92	1,241
	エルゴメータ負荷試験	外来・健診	—	3	—	1	2	—	—	1	2	1	1	—	11	
		SPS	44	35	50	55	13	28	49	50	40	38	60	41	503	
		国スポ	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
		減量教室	10	—	—	—	9	—	—	—	—	—	—	—	19	
	小計			54	38	50	56	24	28	49	51	42	39	61	41	533
	心臓超音波検査	外来・健診	4	2	3	4	2	2	3	6	3	3	6	8	46	
		SPS	—	—	4	5	—	—	2	1	—	10	4	12	38	
		国スポ	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	小計			4	2	7	9	2	2	5	7	3	13	10	20	84
	頚動脈超音波検査			—	2	—	1	1	3	4	2	1	1	1	1	17
	ホルター心電図検査			1	1	1	2	—	1	2	1	—	1	3	2	15
	マスター負荷心電図			—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	呼吸機能検査	外来・健診	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
SPS（JPC）		1	—	—	—	—	—	—	—	2	1	1	—	—	5	
生理機能検査小計				151	125	196	273	87	118	153	158	136	157	185	156	1,895
合計				686	702	903	1,153	531	653	672	762	647	810	742	741	9,002

*SPS：アスリートメディカルチェック、パラアスリートメディカルチェック含む

*呼吸機能検査：パラアスリートメディカルチェック時のみ実施

表 2 国スポ健診月別人数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
運動負荷試験あり	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	0
運動負荷試験なし	—	—	46	96	1	16	—	—	—	—	—	—	159
手帳転記	—	—	—	—	—	—	—	12	—	—	—	—	12
合計	—	—	46	96	1	16	—	12	—	—	—	—	171

※国民スポーツ大会神奈川県代表選手の健康管理事業である。

※運動負荷試験：35 歳以上の選手(3 年に 1 回)、前回の結果で必要とされる選手：自転車エルゴメーターにて実施した。

表 3 特定健康診査月別人数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
横浜市国民健康保険組合	—	5	11	6	4	5	1	7	7	7	10	5	68
その他健康保険組合	—	—	—	—	—	3	—	1	1	—	—	2	7
合計	—	5	11	6	4	8	1	8	8	7	10	7	75

表 4 減量・脂肪燃焼教室月別人数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
事前測定	10	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10
効果測定	—	—	—	—	9	—	—	—	—	—	—	—	9
合計	10	—	—	—	9	—	—	—	—	—	—	—	19

※事前・効果測定のセットコース

※事前測定：採血・採尿・安静時心電図・運動負荷試験

※効果測定：採血・採尿・運動負荷試験

※天井脱落対策工事のため、本年度は 1 期のみ開催した。

(ウ) 栄養

■SPS における栄養相談数

事前に郵送した食生活問診票を SPS 当日に回収し分析。その結果を印刷して当日に配布し、参加者全員へ 30 分程度の栄養講話で情報提供を行う。その後、希望者に対して個別栄養相談を 15 分程度行う。

表 1 食生活問診票ありの SPS 人数

(単位：人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
一般	男性	8	4	8	6	4	10	5	4	19	33	3	4	108
	女性	12	9	10	12	11	4	7	13	11	4	10	7	110
高齢	男性	24	11	11	16	4	8	18	12	6	10	13	7	140
	女性	9	11	16	20	3	6	18	20	12	18	24	21	178
ジュニア	男性	—	—	1	1	—	—	1	—	28	—	3	2	36
	女性	1	—	—	4	4	—	—	—	9	—	—	—	18
合計	男性	32	15	20	23	8	18	24	16	53	43	19	13	284
	女性	22	20	26	36	18	10	25	33	32	22	34	28	306

表 2 SPS 個別栄養相談数及び SPS 実施数に対する割合 (%)

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	16	7	10	11	3	11	11	8	5	8	8	6	104
女性	10	14	13	20	5	4	10	17	6	9	17	13	138
合計	26	21	23	31	8	15	21	25	11	17	25	19	242
割合(%)	48.1%	60.0%	50.0%	52.5%	30.8%	53.6%	42.9%	51.0%	12.9%	26.2%	47.2%	46.3%	41.0%

■内科外来依頼の栄養相談数

1 日分の食事記録をもとに相談を行う。期間は 3 か月で月 1 回 30 分行った。

表 3 月別受診者数及び初診・再診者数

(単位：人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
男性	初診	—	1	—	—	—	—	—	—	1	—	—	—	2	0.2
	再診	3	1	—	3	—	3	—	2	1	1	2	—	16	1.3
女性	初診	2	2	—	—	4	—	3	—	1	—	—	1	13	1.1
	再診	2	2	4	2	4	5	1	2	4	1	2	3	32	2.7
合計		7	6	4	5	8	8	4	4	7	2	4	4	63	5.3

表 4 年齢別受診者数

(単位：人)

	～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳～	合計
男性	1	—	—	—	5	10	2	—	18
女性	1	1	—	1	7	7	15	13	45
合計	2	1	—	1	12	17	17	13	63

表5 疾患別食事療法集計

(単位:人)

	高脂血症	糖尿病	高血圧	高脂血症 糖尿病	高脂血症 高血圧	高脂血症 糖尿病 高血圧	高血圧 糖尿病	その他	合計	男女比
要減量(男性)	11	—	—	—	—	4	—	2	17	27.0%
要減量(女性)	2	1	1	4	3	8	—	4	23	36.5%
比率	32.5%	2.5%	2.5%	10.0%	7.5%	30.0%	0.0%	15.0%	100.0%	63.5%
減量不要(男性)	—	—	—	—	—	—	—	1	1	1.6%
減量不要(女性)	12	3	—	—	—	—	—	7	22	34.9%
比率	52.2%	13.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	34.8%	100%	36.5%
合計	25	4	1	4	3	12	—	14	63	100%

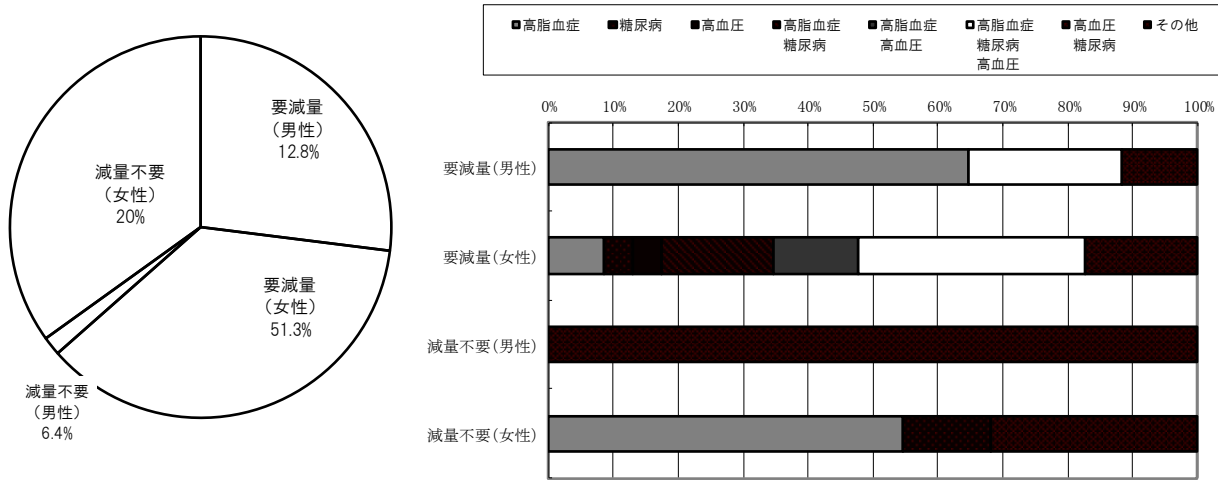


表6 特定保健指導月別受診者数 (※中断者含む)

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
積極的 支援	男性	—	—	—	—	—	—	3	—	—	—	2	2	7
	女性	—	—	1	—	—	—	—	—	1	—	—	3	5
動機付け 支援	男性	5	2	2	4	3	1	2	3	2	2	2	5	33
	女性	5	2	2	6	1	4	2	4	2	1	—	4	33
合計		10	4	5	10	4	5	7	7	5	3	4	14	78

■その他

表7 スポーツ選手個別栄養相談数

(単位:人)

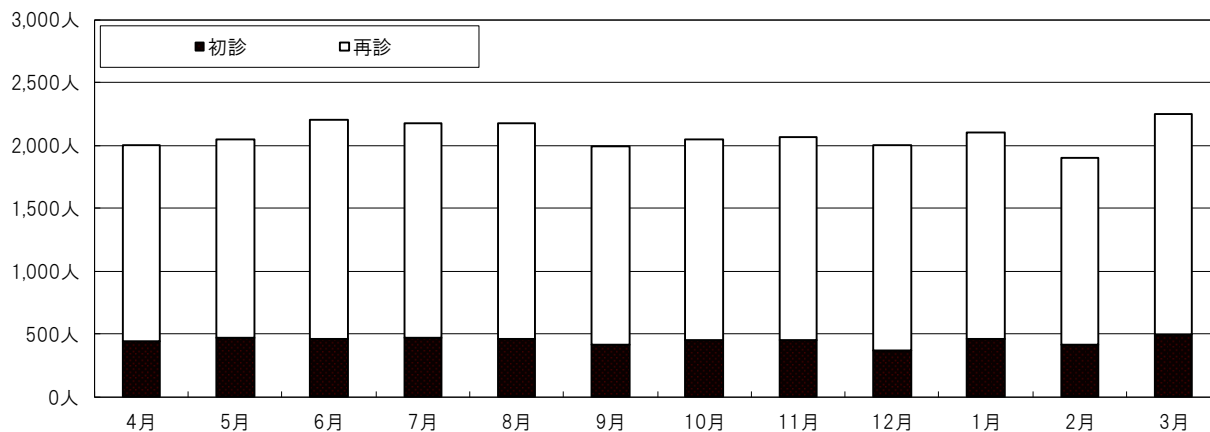
	男性	女性	合計
フィギュアスケート	1	—	1
陸上	1	1	2
バレエ	—	1	1

②整形外科
(ア) 整形外科

表 1 整形外科月別受診者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
初診	440	475	460	471	459	417	456	453	366	460	420	498	5,375
再診	1,560	1,572	1,740	1,702	1,717	1,580	1,594	1,616	1,640	1,639	1,484	1,754	19,598
合計	2,000	2,047	2,200	2,173	2,176	1,997	2,050	2,069	2,006	2,099	1,904	2,252	24,973



※初診は前回の受診からおおよそ 3 か月以上経過した受診者を含む。

(イ) 放射線

表 1 磁気共鳴画像（MRI）検査 月別・部位別 件数

（単位：件）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
頭・頸部	—	2	1	1	—	2	3	1	—	2	2	—	14
MRA	—	—	—	—	1	—	—	—	—	—	—	—	1
頸椎	1	8	8	4	2	4	6	5	1	5	2	6	52
胸椎	—	1	—	1	1	—	—	1	1	—	—	—	5
腰仙椎	41	40	50	27	22	37	33	34	32	42	24	35	417
脊椎合計	42	49	58	32	25	41	39	40	34	47	26	41	474
胸部	—	—	1	—	3	1	—	1	1	1	2	1	11
腹部	1	—	—	—	—	—	1	—	—	—	—	—	2
骨盤	5	5	6	7	8	4	2	7	7	2	4	2	59
股関節	4	11	10	12	12	6	7	5	11	5	9	3	95
肩関節	15	11	16	20	17	10	13	15	14	16	17	17	181
躯幹合計	25	27	33	39	40	21	23	28	33	24	32	23	348
肘関節	5	4	2	8	7	9	5	10	8	8	5	5	76
手関節	1	2	4	4	4	2	2	2	1	3	2	1	28
膝関節	78	87	76	90	90	73	94	83	84	75	69	90	989
足関節	6	9	4	10	9	6	6	4	6	9	9	7	85
上・下肢	27	27	19	29	24	22	29	13	11	26	24	25	276
四肢合計	117	129	105	141	134	112	136	112	110	121	109	128	1,454
総件数	184	207	197	213	200	176	201	181	177	194	169	192	2,291
撮像件数	184	207	197	213	201	176	201	181	177	194	169	192	2,292
総人数	183	207	196	212	201	175	200	181	176	192	168	192	2,283

※総件数は同日 2 部位検査を含むため延べ数である。

※MRA は主に頭部（脳）である。頸部、全下肢含む。

図 1 磁気共鳴画像（MRI）検査 部位別件数・割合

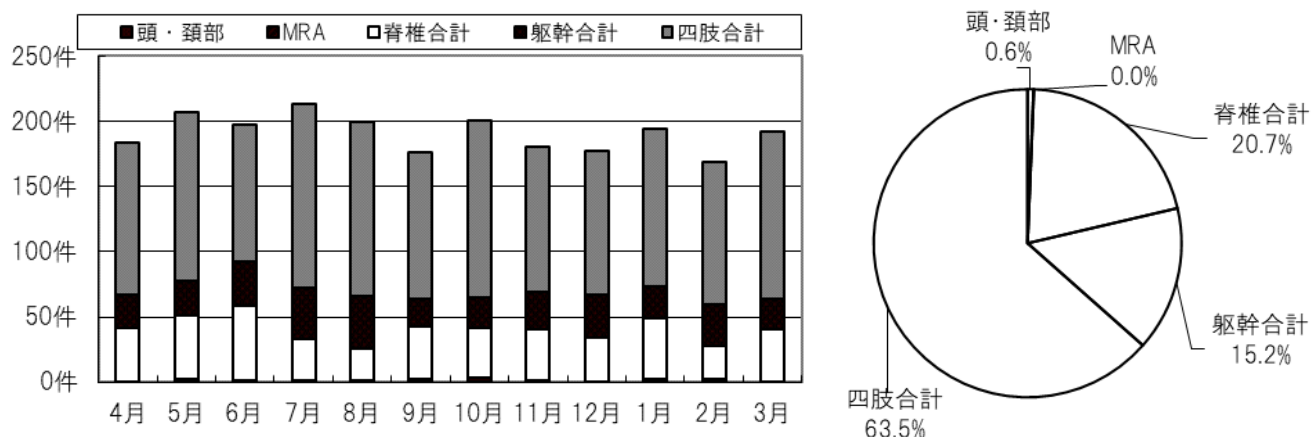


表2 X線一般撮影（X-P）検査 月別・部位別 件数

(単位：件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
SPS胸部・手部	55	36	55	82	17	28	49	64	62	99	63	55	665
頸椎	40	48	59	47	45	40	52	38	34	44	37	61	545
胸・腰仙椎	133	141	137	131	96	116	142	132	123	153	98	147	1,549
脊椎合計	173	189	196	178	141	156	194	170	157	197	135	208	2,094
頭部	—	—	—	1	—	—	—	—	—	1	—	3	5
胸部	20	16	19	14	19	25	24	21	23	20	23	22	246
腹部	—	—	—	—	—	—	1	—	—	—	—	—	1
骨盤・股関節	78	95	101	69	83	67	77	71	75	71	62	53	902
躯幹合計	98	111	120	84	102	92	102	92	98	92	85	78	1,154
肩関節	73	70	81	80	77	61	67	91	55	78	81	95	909
肘関節	51	44	40	47	57	47	47	56	33	55	46	51	574
手関節	35	24	30	41	37	27	34	33	17	36	29	24	367
膝関節	228	260	255	247	267	224	254	273	207	250	208	251	2,924
足関節	80	70	78	63	78	79	67	69	62	83	71	100	900
上・下肢	152	152	195	174	172	149	161	168	122	176	133	195	1,949
四肢合計	619	620	679	652	688	587	630	690	496	678	568	716	7,623
部位件数	945	956	1,050	996	948	863	975	1,016	813	1,066	851	1,057	11,536
総人数	712	706	757	770	692	653	742	735	634	795	641	786	8,623

※上・下肢は胸骨・肋骨・鎖骨等含む。

図2 X線一般撮影（X-P）検査 部位別件数・割合

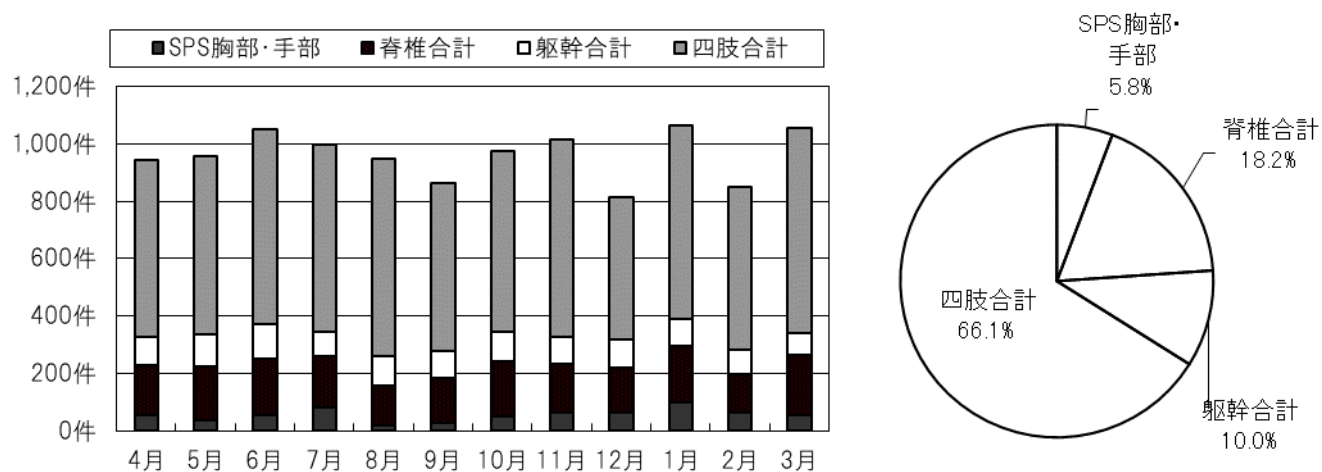


表3 パワーアップMRI・減量教室 部位別件数

(単位：件)

腹部	大腿	下腿	上腕	合計
18	71	—	—	89

表4 骨量測定（DEXA）検査 月別・部位別件数

(単位：件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
腰椎	27	19	26	35	15	23	33	22	28	28	17	25	298
大腿骨・前腕	28	23	31	45	19	25	37	26	37	30	17	30	348
全身骨・体組成	—	—	12	18	—	—	—	—	1	—	—	—	31

③リハビリテーション科

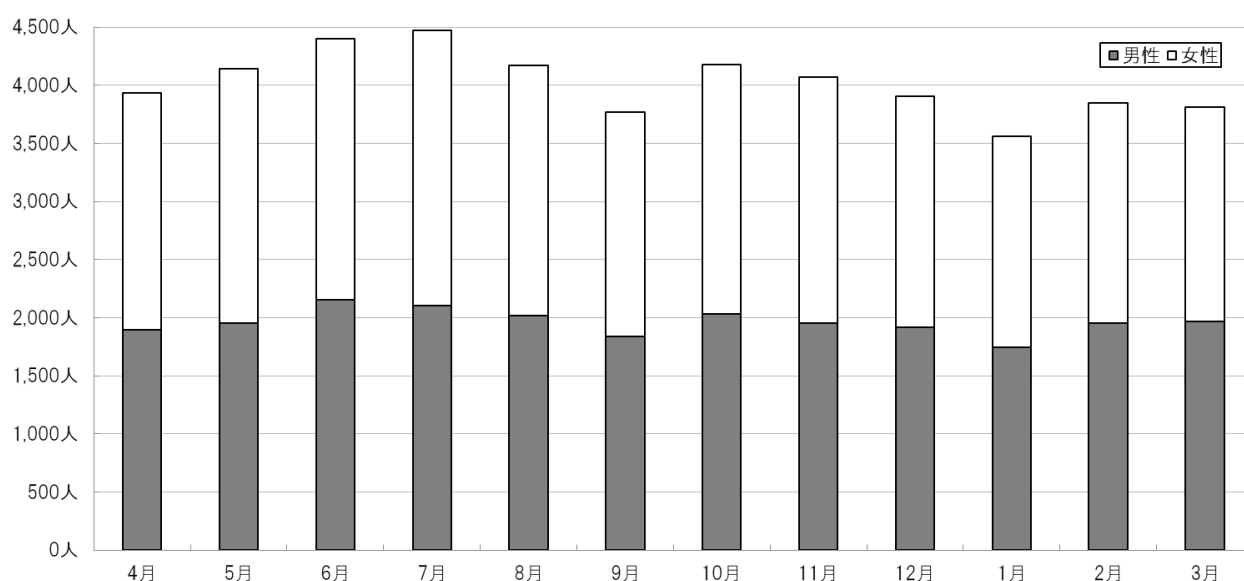
表1 月別利用状況

(単位：人)

(単位：点)

	診療 日数	男性	女性	合計	対 応 疾患数	新患者	保険点数（点）			
							運動器リハ I	消炎鎮痛処置	固定	総合実施計画書
4月	20	1,894	2,039	3,933	3,933	399	3,295	638	—	1,142
5月	20	1,952	2,189	4,141	4,143	444	3,516	625	—	1,214
6月	21	2,148	2,249	4,397	4,399	450	3,689	708	—	1,274
7月	21	2,104	2,364	4,468	4,468	437	3,712	756	—	1,302
8月	21	2,018	2,155	4,173	4,173	408	3,456	717	—	1,270
9月	19	1,835	1,935	3,770	3,770	398	3,138	632	—	1,221
10月	21	2,030	2,147	4,177	4,177	420	3,514	663	—	1,269
11月	20	1,952	2,119	4,071	4,071	401	3,467	604	—	1,326
12月	20	1,918	1,988	3,906	3,907	387	3,254	652	—	1,277
1月	18	1,746	1,812	3,558	3,558	393	2,977	581	—	1,203
2月	19	1,953	1,889	3,842	3,844	416	3,208	634	—	1,277
3月	18	1,963	1,849	3,812	3,813	395	3,129	683	—	1,284
合計	238	23,513	24,735	48,248	48,256	4,948	40,355	7,893	—	15,059
月平均		1,959.42	2,061.25	4,020.67	4,021.33	412.33	3,362.92	658	—	1,255
日平均		99	104	203	203	21	170	33	—	63

図1 性別構成



(3) メディカルエクササイズコース(MEC)

MECは、SPSや内科・整形外科外来の疾患患者で、医師の運動処方に基づき、有酸素運動やほぐし、ストレッチング、筋力トレーニングなどを行う運動療法である。この教室では、疾病の改善と運動機能の向上を図ることを目的に実施している。

■対象者

SPS参加者や外来受診者で、軽度の内科的疾患または予備軍であり、医師が運動の実践で改善が見込まれると判断した方。もしくは主に腰背部・膝関節周囲部に疾患があり、医師が軽度な運動で改善が見込まれると判断した方。

■実施内容

- ・アリーナコース（大アリーナ・トレーニングルーム・MECルーム）
医師の指示に基づき、主に有酸素運動や筋力トレーニングを行う。
- ・プールコース（25mプール）
医師の指示に基づき、水中で運動を行う。

■実施時間

1回 90分

■実施日（○印：実施日）

コース	時間	月	火	水	木	金	土	日
アリーナコース (有酸素運動)	10:15～11:45	○	—	—	○	—	○	—
	13:00～14:30	—	—	○	○	○	—	—
プールコース	11:00～12:30	○	—	○	○	○	○	—
	13:30～15:00	○	—	○	○	○	—	—

コース	時間	月	火	水	木	金	土	日
アリーナコース (膝・腰)	9:00～10:30	○	—	○	○	○	○	—
	11:00～12:30	○	—	○	○	○	○	—
	13:00～14:30	○	—	○	○	○	○	—

■定員

アリーナコースの有酸素運動は1回10人、膝・腰は1回13人
プールコースは1回10人

■参加方法

参加基準並びに参加種類（アリーナコース・プールコース）は医師が決定し、参加者は定期的な外来診察を受ける。

■参加料金

1回 1,530円（医療費控除対象）



アリーナコース（膝・腰）



プールコース

表１ MECアリーナコース月別・男女別参加者数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	215	215	230	216	183	178	180	178	182	172	167	163	2,279
女性	532	550	546	548	445	479	523	503	493	497	507	483	6,106
合計	747	765	776	764	628	657	703	681	675	669	674	646	8,385

図１ MECアリーナコース性別構成

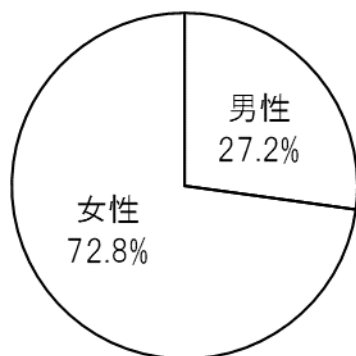
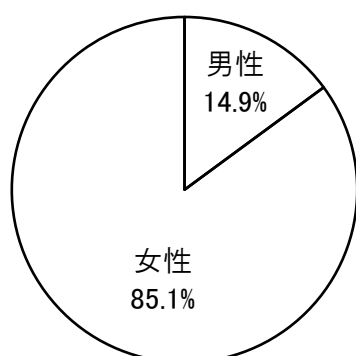


表２ MECプールコース月別・男女別参加者数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	11	9	21	31	34	20	18	25	19	24	24	22	258
女性	114	139	120	150	134	137	143	133	95	111	97	100	1,473
合計	125	148	141	181	168	157	161	158	114	135	121	122	1,731

図２ MECプールコース性別構成



(4) スポーツ教室・健康教室・目的別教室

①スポーツ教室

スポーツ医科学センターでは、幼児・児童は運動能力の発達と競技力の向上を、成人は健康・体力の維持増進を目的として体操・水泳・トレーニングのスポーツ教室を開催している。

(ア) 体操教室

コース	実施曜日	内容
幼児	月・水・木・金・土・日	リズム運動・マット運動・跳び箱・鉄棒などで、敏捷性、平衡感覚、柔軟性を身につけるコース。
児童	月・水・木・金・土・日	個人の基礎体力に合わせて、無理なく運動能力を向上させるとともに、体操の基礎からバク転や宙返りなどの高度な技も練習するコース。
選手	月・水・木・金・土・日	体操選手として必要な体力、技術、精神面などを基本から学び、選手として活躍できるよう育成するコース。

表 1 体操教室月別・男女別参加者数

(単位：人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
幼児	男性	150	157	150	142	140	193	173	178	133	169	200	203	1,988
	女性	153	138	112	109	107	145	103	137	101	157	138	148	1,548
	小計	303	295	262	251	247	338	276	315	234	326	338	351	3,536
児童	男性	446	445	484	475	419	557	445	440	315	427	417	447	5,317
	女性	395	482	524	492	436	556	575	489	376	514	521	535	5,895
	小計	841	927	1,008	967	855	1,113	1,020	929	691	941	938	982	11,212
選手	男性	196	187	175	213	192	239	197	148	109	176	176	177	2,185
	女性	324	255	282	302	265	303	231	188	134	193	204	204	2,885
	小計	520	442	457	515	457	542	428	336	243	369	380	381	5,070
合計		1,664	1,664	1,727	1,733	1,559	1,993	1,724	1,580	1,168	1,636	1,656	1,714	19,818

(イ) 水泳教室

コース	実施曜日	内容
幼児	月・水・木・金・土・日	水への恐怖心をなくし、水慣れ（潜る・浮く）からバタ足など水泳の基礎を練習し、楽しく基本練習を行うコース。
児童・基礎	月・木・土・日	水泳の基本となる水慣れ（潜る・浮く）からバタ足を練習し、クロールと背泳ぎの2泳法を無理なくマスターするコース。
児童・応用	水・金・土・日	クロール・背泳ぎを反復練習して泳力と泳法を向上するとともに平泳ぎとバタフライの4泳法をマスターするコース。
児童・育成	月・木	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの4泳法を練習しながら、さらなる水泳技術と泳力の向上を目指すコース。
成人・基礎	月・木・土	水泳をはじめて練習される方からクロール・背泳ぎをマスターしたい方、泳力を向上させたい方のコース。
成人・応用	月・水・木・金・土	クロール・背泳ぎができる方を対象とし、4泳法をマスターして、さらに泳法・泳力の向上を目指すコース。
マスターズ	木・日	自由形で50m以上の泳力がある方を対象とし、泳法・泳力の向上と距離やタイムにもチャレンジするコース。
選手	月・水・木・金・土	水泳選手として必要な体力・技術・精神面などを基本から学び、選手として活躍できるよう育成するコース。
アクアビクス	水・金	水中で音楽に合わせて有酸素運動を行うコース。
ワンポイントアドバイス	予約制	スイミルを利用して、スイミングフォームを撮影し、水泳指導員がアドバイスをを行う。

表2 水泳教室月別・男女別参加者数

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
幼児	男性	61	79	97	113	97	121	132	135	101	128	147	152	1,363
	女性	20	33	41	50	62	65	65	67	57	70	75	76	681
	小計	81	112	138	163	159	186	197	202	158	198	222	228	2,044
児童	男性	486	568	594	596	613	639	595	581	440	535	581	549	6,777
	女性	432	467	477	425	399	424	453	381	298	335	419	366	4,876
	小計	918	1,035	1,071	1,021	1,012	1,063	1,048	962	738	870	1,000	915	11,653
成人 マスターズ	男性	36	44	42	33	43	43	57	43	39	63	46	46	535
	女性	169	221	232	239	227	252	244	241	181	220	238	226	2,690
	小計	205	265	274	272	270	295	301	284	220	283	284	272	3,225
選手	男性	133	99	116	136	103	117	116	97	83	123	123	133	1,379
	女性	170	148	176	206	167	172	182	150	126	133	143	150	1,923
	小計	303	247	292	342	270	289	298	247	209	256	266	283	3,302
アクアビクス	男性	—	—	—	—	—	—	—	1	3	5	3	2	14
	女性	19	18	26	23	27	23	31	24	24	22	32	25	294
	小計	19	18	26	23	27	23	31	25	27	27	35	27	308
ワンポイント アドバイス	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	小計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
合計		1,526	1,677	1,801	1,821	1,738	1,856	1,875	1,720	1,352	1,634	1,807	1,725	20,532

(ウ)トレーニング教室

コース	実施曜日	内容
筋力向上・姿勢改善教室 旧名称：ウェルラウンド (16歳以上)	月・水・木・金・土 ※月・木・土は午後コース 水・金は午前コース、 午後コース	SPSの結果に基づいて、個々人に合わせた運動メニュー(有酸素運動・筋力トレーニング・ストレッチング等)を行い、健康・体力の維持・向上を図るコース。

表1 トレーニング教室月別・男女別参加者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	200	237	203	217	185	219	205	225	185	189	190	153	2,408
女性	304	364	304	336	290	310	330	354	345	320	327	262	3,846
小計	504	601	507	553	475	529	535	579	530	509	517	415	6,254

(エ)スポーツ教室イベント

事業名	開催日	対象者	人数
はじめてスマイル 春の水泳教室 親子水慣れ教室	2024/5/3	非会員・会員	34
はじめてスマイル 春の水泳教室 小学生水泳教室	2024/5/3	非会員・会員	12
体操&水泳サマー チャレンジ	2024/8/3	非会員・会員	10
体操&水泳サマー チャレンジ	2025/8/3	非会員・会員	14
体操教室イベント	2024/12/22	非会員・会員	36
体操教室イベント	2024/12/22	非会員・会員	16

②健康教室

健康教室は、スポーツ（運動）実施のきっかけづくりとスポーツの振興を目的として、1年を4期に分けて開催している。

コース	定員	内容
関節ととのえ塾 (16歳以上) 第3期～	10人	当クリニックの理学療法士が考案した、各個人の関節評価に基づく運動プログラムを行い、関節不安の解消とアクティブライフの獲得を目指す。
骨盤調整①・② (16歳以上)	各25人 各40人(第3期～)	骨盤を動かし、全身の調整を行う。からだの歪みを整え、引き締めの体操でコンディショニングを整える。
健康ヨガ①・② (16歳以上)	各25人 各40人(第3期～)	姿勢・動作・呼吸法など、ヨガの基礎を行う。 (すべて同じ内容で実施)
太極拳 (16歳以上)	各25人 各40人(第3期～)	練功十八法を準備運動に取り入れ、太極拳の基礎を行う。
フラダンス (16歳以上)	各25人 各40人(第3期～)	歌詞の意味を手足や表情で表し、基礎から一曲ずつマスターする。
ピラティス①・② (16歳以上)	各25人 各40人(第3期～)	ゆったりとした動きで体幹を意識し、身体や動作の歪みの改善を目指す。
機能改善ヨガ (16歳以上)	各25人 各40人(第3期～)	ポーズごとに機能を活性化するための簡単なエクササイズを行い、効果を深く感じながら身体を整える。
シェイプアップボクシング (16歳以上)	各25人 各35人(第3期～)	ボクシングエクササイズを行うことで、循環を改善し、心肺機能を高め、有酸素運動で脂肪を燃焼させる。
大人のためのコンディショニング水曜・金曜 (16歳以上)	各20人	日常使っていない筋力を維持・増進しバランス感覚を養う。運動習慣の獲得を目指す。
ハワイアンキルト (16歳以上)	9人	初めての方でも気軽に作れるハワイアンキルトを1期に2作品作成する。

※ 第1期と第2期は天井脱落対策工事で小アリーナが使用できなかったため、研修室等にて実施した。

表 1 健康教室月別・参加者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
関節ととのえ塾①	16	17	17	—	7	9	15	5	3	—	—	—	89
関節ととのえ塾②	18	13	10	—	4	15	15	12	3	5	—	—	95
骨盤調整① (月曜日)	25	38	34	29	36	38	36	43	42	27	44	35	427
骨盤調整② (月曜日)	35	42	47	26	29	32	30	38	44	28	49	43	443
健康ヨーガⅠ (水曜日)	41	51	40	37	31	52	45	64	39	40	48	24	512
太極拳	37	48	45	38	48	30	34	53	48	46	44	44	515
フラダンス	36	52	38	32	61	65	51	64	28	56	53	24	560
ピラティス① (木曜日)	35	45	36	56	58	43	43	81	33	56	59	27	572
ピラティス② (木曜日)	59	74	51	62	73	58	48	77	41	86	82	34	745
機能改善ヨーガ	48	57	38	26	47	56	40	49	27	41	50	28	507
健康ヨーガⅡ (金曜日)	70	88	69	49	88	86	70	97	46	77	100	70	910
シェイプアップ ボクシング	59	79	58	53	86	75	59	97	43	77	94	69	849
ハワイアン キルト	12	10	10	14	13	12	14	14	14	11	7	6	137
合計	491	614	493	422	581	571	500	694	411	550	630	404	6,361

③目的別教室

目的別教室は、日常的な運動の必要性和食事の改善等を指導しながら安全に減量を行う「減量・脂肪燃焼教室」と、肩や肘に痛みを訴える少年野球選手を減少させることを目的とした「ケガなく、うまくなるために『ジュニアベースボールプログラム』等を開催している。

(ア) 減量・脂肪燃焼教室

概要	この教室は、個人にあった運動や食生活の改善により、体脂肪や内臓脂肪を減らし、生活習慣病の予防改善を図ることを目的としている。教室は通常約3カ月半で設定しており、その期間中は週3回の運動指導を実施する。 教室参加前と終了時に腹部MRIの撮影で脂肪量を測定するのが特徴である。 医師・科学員・管理栄養士・運動指導員が、SPS（メディカルとフィットネスチェック）の検査（事前と最終回に実施）や測定結果に応じて、日常生活の見直しを行いながら、運動や栄養の指導を行っている。
対象	15歳以上（中学生は除く）
定員	1期10名（年1期実施※）
運動指導の内容	・トレーニングルームでの運動指導 ・毎週水曜日は、エアロビクスエクササイズの一斉指導 ・自宅メニューの作成（1週間単位） ・自宅での運動の有無や内容・歩数などについては、個々人の記録を提出していただいた後、ヒヤリングをしながら指導
栄養指導の内容	・集団講義は月1回に実施 約30分 ・個別相談は予約制で1回1人30分として参加者全員1回以上実施 ・教室期間中の自宅メニュー（食事・間食等の記録）とSPSの結果をもとに個々の食生活を見直して目標を決める

表1 減量・脂肪燃焼教室月別・男女別参加者延人数

（単位：人）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	3	3	3	3	3	—	—	—	—	—	—	—	15
女性	7	7	7	7	7	—	—	—	—	—	—	—	35
合計	10	10	10	10	10	—	—	—	—	—	—	—	50

※天井脱落対策工事により、1期のみの開催とした。

(イ) ケガなく、うまくなるために「ジュニアベースボールプログラム」

概要	肩や肘に痛みを訴える少年野球選手を減少させることを目的に、専門スタッフから「フォームチェック」「トレーニング方法」を直接学ぶ。小学生対象に年1回実施。
対象	小学生の野球選手及び保護者・指導者（チーム対象も実施）
定員	30名（小学生15名、大人15名）
実施内容	野球選手に起こる肩や肘のケガについてのセミナー実施 個々に超音波検査・全身理学所見の評価・フォームチェックを実施 個人の身体の状態に合わせたトレーニング方法を指導

表1 ジュニアベースボールプログラム参加者数

事業名	区分	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
ジュニアベースボールプログラム(個人編)	子ども【小学生】	-	-	-	-	-	-	-	-	14	-	-	-	14
	子ども【中学生】	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	-	-	-	-	-	-	-	-	14	-	-	-	14
	計(人数)	-	-	-	-	-	-	-	-	28	-	-	-	28
ジュニアベースボールプログラム(チーム編)	子ども	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0
	計(人数)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0



ピッチングフォームチェック

④その他教室・イベント

市民が気軽に参加できる、「横浜元気!!スポーツ・レクリエーションフェスティバル 2024」において、天井脱落対策工事のため、「ウォーキングイベント」と「健康・スポーツ川柳」を実施した。参加者数：141人（①ウォーキングイベント18人、②川柳123人）



①ー 1 姿勢測定



①ー 2 足部コンディショニング実践



①ー 3 ウォーキングの実践



②健康・スポーツ川柳

(5) 健康に関する講座・講演等事業

科学員、指導員、理学療法士、管理栄養士、放射線技師らが講師となり、それぞれの専門的な観点から健康やスポーツなどに関する講演会を行った。

表 1 講演実績

実施日	講師	内容	依頼先	実施場所	人数
2024/4/20	岸 由紀夫	スポーツを楽しむ関節ケアの講義・実演	横浜市緑区スポーツ協会	緑スポーツセンター	200
2024/6/15	塩田 真史 田中 大夢	筋肉や骨のバランスや身体の使い方、ジュニア期の身体の特徴の理解など、ケガをしない体づくりを自ら学ぶ機会の提供	公益財団法人東京都スポーツ文化財団	東京体育館	25
2024/6/25	畑田 康	高齢移住者の健康目的にテニスボールを使った運動プログラムを指導	南神大寺団地管理サービス	南神大寺団地	17
2024/8/26	高木 久見子 来住野 麻美 大平 葉奈	フィギュアスケート怪我予防講習会	横浜銀行アイスアリーナ	横浜銀行アイスアリーナ	41
2024/12/28	高木 久見子 来住野 麻美 大平 葉奈	フィギュアスケート怪我予防講習会	横浜銀行アイスアリーナ	横浜銀行アイスアリーナ	43
2024/10/13	吉久 武志	DNA ランナーズアカデミー保護者会「アスリートチェック報告」	横浜 DNA ベイスターズ	関内新井ビル 6F	20

実施日	講師	内容	依頼先	実施場所	人数
2024/4月～ 2025/3月	大平 葉奈	アイスアリーナの メディカルサポート	横浜銀行 アイス アリーナ	横浜銀行 アイス アリーナ	308
2024/8/20	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	株式会社 ネオジャパン	株式会社 ネオジャパン	42
2024/8/26	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	株式会社 ファム	株式会社 ファム	10
2024/9/9	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	株式会社 建成社	株式会社 建成社	14
2024/9/17	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	パナソニック ITS 株式会社	パナソニック ITS 株式会社	13
2024/9/24	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	薬糧開発 株式会社	薬糧開発 株式会社	8
2024/10/22	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	メルビック 電工株式会社	メルビック 電工株式会社	42
2024/10/28	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	鈴幸商事 株式会社	鈴幸商事 株式会社	16
2024/11/12	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	京セラ株式会 社横浜中山営 業所	京セラ株式会 社横浜中山営 業所	30
2024/11/14	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	トム通信工業 株式会社	トム通信工業 株式会社	43
2025/2/4	健康科学課	健康福祉局「骨活 de 健康 づくり講座」	一般社団法人 こうなん区民 利用施設協会	一般社団法人 こうなん区民 利用施設協会	18

(1) スポーツ指導者養成

① 横浜市スポーツ・レクリエーション人材養成講座 企画

※令和6年度の本事業は、当センターにおいて実施されませんでした。

(2) スポーツ医科学に関する研究

① 著書等

種別	執筆者	論文名	著書名	出版社	出版年	職種
原著論文	Wataru Fukuda, Takeshi Yoshihisa, Yosuke Yamada	Effects of muscle quantity, muscle quality, and phase angle on whole-body reaction time in 5164 adults aged 20-91 years	European Journal of Applied Physiology 125, 167-173 (2025)	Springer Nature	2024/9 (オンライン)	スポーツ科学員
著書	柴田 真子	第5章 膝 7. 腸脛靭帯炎 第6章 下腿, 足関節, 足部 7. 足底腱膜炎	ビジュアル実践リハ 整形外科リハビリ テーション 第2版	羊土社	2024	理学療法士
原著論文	Kana Kon	Effects of early sports specialization on landing and balance ability in female college basketball players	The Physician and Sportsmedicine	Taylor&Francis Online	2024/12	理学療法士
原著論文	Yuto Sano	Immediate Effects of Calf Tissue Flossing on Ankle Joint Torque and Dorsiflexion Range of Motion in Healthy Individuals: A Randomized Controlled Crossover Trial	Journal of Sports Science & Medicine, 23(4), 778-786	Sports Medicine Association of Turkey	2024/12	理学療法士
原著論文	Yuria Kobayashi	Relationship of Physical Factors to the Occurrence of Injuries in Young Gymnasts	International Journal of Sports Physical Therapy, 19(10), 1216-1227	American Physical Therapy Association	2024/10	理学療法士

種別	執筆者	論文名	著書名	出版社	出版年	職種
原著論文	彼島 奈々	ハンドボール競技中における高衝撃動作と足関節捻挫既往との関係	スポーツ理学療法学、3(1), 54-58	日本スポーツ理学療法学会	2025	理学療法士
原著論文	来住野 麻美	女子中学生における月経状況と運動習慣、傷害の状況	スポーツ理学療法学、3(1), 91-96	日本スポーツ理学療法学会	2025	理学療法士

②講演等

主催団体・研修等	開催日	タイトル	講師	職種
東京国際大学 医療健康学部 見学実習	2024/6/5	スポーツ医科学センターにおける スポーツ科学部門・ リハビリテーション科の取り組み	吉久 武志	スポーツ科学員
			塩田 真史	理学療法士
東京国際大学 医療健康学部 見学実習	2024/6/26	スポーツ医科学センターにおける スポーツ科学部門・ リハビリテーション科の取り組み	吉久 武志	スポーツ科学員
			塩田 真史	理学療法士
呉竹鍼灸柔整 専門学校 外部臨床実習	2024/7/17	スポーツ医科学センターにおける スポーツ科学部門・ リハビリテーション科の取り組み	吉久 武志	スポーツ科学員
			塩田 真史	理学療法士
北里大学 医療衛生学部 見学実習	2025/1/31	スポーツ医科学センター事業概要 スポーツ科学部門・ リハビリテーション科の取り組み	吉久 武志	スポーツ科学員
			塩田 真史	理学療法士
高校生アスリート対象「もっと強くなりたい」応援企画	2024/8/3	スポーツ貧血 知識と食事で攻略	高木 久見子	管理栄養士
横浜銀行 アイスアリーナ フィギュア スケート研修	2024/8/25	フィギュアスケーターのための 栄養学 「毎日食べる食事を見直してみよう」 「体づくりは丈夫な骨作りから」 「ウエイトコントロールは食事のひと工夫から」	高木 久見子	管理栄養士
横浜市スポーツ協会 健康認証事業 「食生活」講習	2024/10/4	健康な体づくりは 食生活の見直しから	高木 久見子	管理栄養士
横浜商業高校スポーツマネジメント科 栄養授業（2年生）	2024/10/25	体づくりは栄養補給から	高木 久見子	管理栄養士

主催団体・研修等	開催日	タイトル	講師	職種
横浜商業高校スポーツマネジメント科 栄養授業（1年生）	2024/11/13	体づくりは栄養補給から	高木 久見子	管理 栄養士
横浜市スポーツ協会 健康認証事業 「食生活」講習	2024/11/14	肩こり改善のための食生活	高木 久見子	管理 栄養士
大阪市立桜宮高校 スポーツサイエンス 実習栄養講習	2024/12/13	医科学センターにおける 管理栄養士の役割 勝つ選手は 栄養補給への意識が高い	高木 久見子	管理 栄養士
横浜市スポーツ レクリエーション 人材養成講座	2024/12/15	健康作りの栄養管理「糖尿病・ 高血圧・認知症予防の食事」	高木 久見子	管理 栄養士
横浜銀行 アイスアリーナ フィギュアスケート 研修	2024/12/28	フィギュアスケーターのための 栄養学 「練習効果をアップさせるために 食事で気をつけること」	高木 久見子	管理 栄養士
横浜市スポーツ協会 健康認証事業 「食生活」講習	2025/1/31	健康な体づくりは 食生活の見直しから	高木 久見子	管理 栄養士
横浜市スポーツ協会 健康認証事業 「食生活」講習	2025/2/3	健康な体づくりは 食生活から	高木 久見子	管理 栄養士
横浜市スポーツ協会 健康認証事業 「食生活」講習	2025/3/4	健康な体づくりは 食生活から	高木 久見子	管理 栄養士
横浜マラソン チャレンジ枠 栄養講座	2025/3/9	大会7ヶ月前から 準備できること	高木 久見子	管理 栄養士
横浜市スポーツ協会 健康認証事業 「食生活」講習	2025/3/18	健康作りは 生活リズムの見直しから	高木 久見子	管理 栄養士
横浜商業高校 講義 「スポーツ科学Ⅰ」	2024/5/15	障害予防・競技力向上のための セルフコンディショニング	田中 大夢	理学 療法士
	2024/10/30	テーピングの実践 ～巻き方の実践：足関節～		
横浜商業高校 講義 「スポーツ科学Ⅲ」	2024/5/28	テーピングの実践 ～巻き方の実践：足関節～	柴田 真子	理学 療法士
横浜商業高校 講義 「スポーツ科学Ⅱ」	2024/11/18	テーピングの実践～巻き方の実 践：足関節～	柴田 真子	理学 療法士
	2024/11/22	女性アスリートのコンディショニ ング	岡崎 美琴	
横浜リハビリテー ション専門学校 講義「クリニカル スポーツ」	2024/10/3	スポーツ理学療法総論	鈴川 仁人	理学 療法士
	2024/10/10	下肢のスポーツ外傷・障害①	井上 夏香	

主催団体・研修等	開催日	タイトル	講師	職種
横浜リハビリテーション専門学校 講義「クリニカルスポーツ」	2024/10/17	下肢のスポーツ外傷・障害②	井上 夏香	理学療法士
	2024/10/24	下肢のスポーツ外傷・障害③	井上 夏香	
	2024/11/7	下肢のスポーツ外傷・障害④	井上 夏香	
	2024/11/14	体幹のスポーツ外傷・障害	井上 夏香	
	2024/11/21	上肢のスポーツ外傷・障害①	田中 大夢	
	2024/11/28	上肢のスポーツ外傷・障害②	小林 優理亜	
	2024/12/5	競技別スポーツ外傷・障害①	田中 大夢	
	2024/12/12	競技別スポーツ外傷・障害②	今 花夏	
	2024/12/19	競技別スポーツ外傷・障害③	玉置 龍也	
	2024/12/26	競技別スポーツ外傷・障害④	柴田 真子	
	2025/1/9	競技別スポーツ外傷・障害⑤	平山 公佑	
	2025/1/16	リスクマネジメント	柴田 真子	
	2025/1/23	スポーツ理学療法士のキャリア	鈴川 仁人	
昭和大学大学院 講義「リコンディショニング」	2024/4/23	リコンディショニング総論	鈴川 仁人	理学療法士
	2024/4/30	リコンディショニングで用いる手法①	塩田 真史	
	2024/5/14	リコンディショニングで用いる手法②、 リコンディショニングのプログラミング①	塩田 真史	
	2024/6/11	リコンディショニングのプログラミング②	塩田 真史	
	2024/5/28-2024/6/11	機能的問題に応じた評価と対応①②③	塩田 真史	
	2024/6/18	機能的問題に応じた評価と対応④	玉置 龍也	
	2024/7/2-2024/9/17	スポーツ動作のリコンディショニング①②③④	玉置 龍也	
	2024/9/24	スポーツ動作のリコンディショニング⑤、 部位別リコンディショニング①	玉置 龍也	

主催団体・研修等	開催日	タイトル	講師	職種
昭和大学大学院 講義「リコンディ ショニング」	2024/10/1- 2024/11/26	部位別リコンディショニング ②③④⑤⑥⑦⑧⑨	鈴川 仁人	理学 療法士
	2024/11/26	まとめ	鈴川 仁人 玉置 龍也 塩田 真史	
国立病院機構 東名古屋病院附属 リハビリテーション 学院	2024/5/2	特論 スポーツ選手の下肢リハビ リテーション	塩田 真史	理学 療法士
東京都 スポーツ事業団	2024/6/15	“投げる”ためのカラダと動き- 「投げる」を上手に-怪我予防と パフォーマンス向上のためのジュ ニア期の身体の使い方	塩田 真史 田中 大夢	理学 療法士
神奈川県 理学療法士会 認定理学療法士 (スポーツ理学療法) 臨床認定 カリキュラム	2024/7/16- 18	スポーツ理学療法 総論	鈴川 仁人	理学 療法士
	2024/7/16- 18	患者・家族教育の意義とその方法	塩田 真史	
	2024/7/19	疾病・障害特異的理学療法の実際 ～物理療法～	玉置 龍也	
横浜市スポーツ協会	2024/7/17 -2025/3/5	ランナー向けコンディショニング &ランニング講座	玉置 龍也	理学 療法士
横浜市スポーツ協会	2024/9/25	ラケット競技者向けコンディショ ニング講座	玉置 龍也	理学 療法士
奈良県理学療法士会	2024/9/29	パリ・パラリンピックでの活動 ～理学療法士としての役割～ 上肢の関節安定性スクリーニング と介入	玉置 龍也	理学 療法士
北里大学 講義「整形外科系理 学療法学実習」	2024/11/21	スポーツ傷害理学療法学 -世界で活躍する理学療法士 (スポーツ)の資質-	鈴川 仁人	理学 療法士
神奈川県 理学療法士会 スポーツ理学療法 人材養成講習会	2025/2/2	下肢のスポーツ理学療法	玉置 龍也	理学 療法士

③学会

発表者	タイトル	学会名	開催日	職種
上村 杏菜	クラシックバレエダンサーの脛骨跳躍 型疲労骨折-成長期から成人の比較-	第10回日本舞 台医学会学術集 会	2024/6/15	理学 療法士
玉置 龍也	スポーツ分野におけるリハビリテー ションの知見に基づく高齢者への運動 療法プログラム提供の実際	第37回日本臨 床整形外科学会 学術集会	2024/7/14	理学 療法士

発表者	タイトル	学会名	開催日	職種
玉置 龍也	スポーツ領域におけるエビデンスの吟味	第 43 回東京都理学療法学術大会	2024/9/14	理学療法士
上村 杏菜	The incidence and risk factor of asymptomatic anterior tibial cortex stress fracture in ballet dancers	34th International Association for Dance Medicine & Science	2024/10/17-20	理学療法士
恒川 菜織子	小学校高学年の肘外側上顆骨端線ステージと Peak height velocity の関連	第 35 回日本成長学会学術集会	2024/10/19	理学療法士
佐野 佑斗	高速度片脚ブリッジテストを用いたハムストリング機能評価の開発に向けて	第 35 回日本臨床スポーツ医学会学術集会	2024/11/16-17	理学療法士
玉置 龍也	東京 2020 大会における理学療法のレガシー ～他職種連携によるアスリートサポートを中心に～	第 32 回埼玉県理学療法学会	2025/1/19	理学療法士
鈴川 仁人	日本理学療法士協会におけるスポーツ庁公募事業の実施について～協会・学会が連携した取り組み～ スポーツ理学療法学に求められる社会貢献活動～スポーツ庁公募事業における理学療法士の取り組み・役割～	第 11 回日本スポーツ理学療法学会学術大会	2025/1/25-26	理学療法士
玉置 龍也	スポーツ理学療法分野における保険外事業の可能性, リハビリテーションの知見に基づく運動療法プログラムを活用した保険外事業の実際			
唄 大輔	膝前十字靭帯再建術後 3 ヶ月時点における Rate of Force Development の年代別検討			
柴田 真子	女子陸上競技選手における月経周期と慢性障害症状との関連			
大平 葉奈	大学女子新体操選手における月経周期と慢性障害症状の関連について			
小林 優理亜	ジュニア女子体操競技選手の腰部障害に対する柔軟性向上による予防効果の検証			
田中 大夢	学童期野球選手に対する投球動作指導による肘外反トルクの変化と動作的特徴の検討			
岡崎 美琴	短時間のスタティックストレッチングがパフォーマンスに与える効果と性差の検討			

発表者	タイトル	学会名	開催日	職種
上村 杏菜	バレエダンサーにおける側彎症はプロレベルに多く胸椎回旋可動域に影響を与える —メディカルチェック参加者を対象とした後方視的調査—	第11回 日本スポーツ 理学療法学会 学術大会	2025/1/25 -26	理学 療法士
大井 望咲	車いすバスケットボール動作における障がいクラスごとの体幹運動の特徴			
今 花夏	球技別スポーツ専門化の状況および外傷・障害との関係			
佐野 佑斗	ハムストリング筋持久力を殿部挙上速度で評価する高速片脚ブリッジテストの筋活動特性の検証			
来住野 麻美	股関節つまり感を有するバレエダンサーの三次元動作分析における一考察			
恒川 菜織子	筋機能測定装置の標準保存トルク曲線を用いた膝伸筋群 Rate of Force Development の信頼性			
平山 公佑	膝前十字靱帯再建術後の再生半腱様筋腱に対する弾性率の回復過程の解明			

④社会的活動

主催団体	受任期間	内容	受任者	職種
公益財団法人 全日本スキー連盟	2018～	競技本部専門委員 (情報・医・科学部)	吉久 武志	スポーツ 科学員
公益財団法人日本障がい者 スポーツ協会 日本パラリンピック委員会 医科学情報スタッフ (栄養)	2014～	パラリンピック選手 (知的卓球)の栄養管理・栄養サポート遠征・合宿帯同	高木 久見子	管理 栄養士
公益財団法人日本スケート 連盟フィギュアスケート 医科学サポートスタッフ (栄養士)	2016～	フィギュアスケート選手の 栄養管理・栄養サポート 合宿帯同	高木 久見子	管理 栄養士
スポーツ庁	2023～	技術審査委員会 技術審査専門員	鈴川 仁人	理学 療法士
		Sport in Life 推進プロジェクト 検討委員会委員	玉置 龍也	

主催団体	受任 期間	内容	受任者	職種
(公財)日本オリンピック 委員会	2021～	強化スタッフ (医・科学/ダンススポーツ)	上村 杏菜	理学 療法士
	2020～	強化スタッフ (医・科学/体操競技)	小林 優理亜	
(公財)日本スポーツ協会	2010～	公認アスレティック トレーナー専門科目 理論試験委員・実技試験委員	鈴川 仁人	理学 療法士
	2015～	公認アスレティック トレーナー専門科目 実技試験検定員	玉置 龍也	
	2024～	公認アスレティック トレーナー専門科目 理論試験委員		
	2011～	公認アスレティック トレーナー専門科目	永野 康治	
	2015～	実技試験検定員	塩田 真史	
(公社)日本理学療法士協会	2020～	代議員	鈴川 仁人	理学 療法士
	2023～	スポーツ理学療法業務 推進部会部会長		
	2023～	代議員・パラスポーツ理学療 法業務推進部会 部会員	玉置 龍也	
	2023～	スポーツ理学療法業務 推進部会部会員	井上 夏香	
高橋 佐江子				
(一社)日本スポーツ 理学療法学会	2021～	副理事長	鈴川 仁人	理学 療法士
		理事	永野 康治	
		評議員・広報委員会委員長	玉置 龍也	
		評議員・財務委員会委員	高橋 佐江子	

主催団体	受任 期間	内容	受任者	職種
(一社) 日本スポーツ 理学療法学会	2021～	財務委員会委員	塩田 真史	理学 療法士
		広報委員会委員	井上 夏香	
	2022～	理学療法標準化検討委員会 膝前十字靱帯損傷評価方法 検討会部員	井上 夏香	
(公社) 神奈川県 理学療法士会	2023～	副会長 兼 スポーツ局長	鈴川 仁人	理学 療法士
		スポーツ局局員	玉置 龍也	
		スポーツ局局員	大平 葉奈	
			来住野 麻美	
		競技スポーツ支援部部員	柴田 真子	
		スポーツイベント支援部部員	小林 優理亜	
			高橋 美波	
		学校保健部副部長	塩田 真史	
		学校保健部部員	唄 大輔	
			田中 大夢	
			今 花夏	
		パラスポーツ支援部員	大井 望咲	
(公財) 日本陸上競技連盟	2018～	トレーナー部トレーナー	柴田 真子	理学 療法士
(公財) 日本ソフトテニス連盟	2020～	全日本 U-14 女子チームトレーナー	来住野 麻美	理学 療法士
(公財) 日本ソフトテニス連盟	2024～	医科学委員会 トレーナー部会長	永野 康治	理学 療法士
		医科学委員会 トレーナー部会員	岡崎 美琴	
NPO 法人日本視覚障害者 柔道連盟	2023～	日本代表トレーナー	柴田 真子	理学 療法士

主催団体	受任期間	内容	受任者	職種
横浜ビー・コルセアーズ (B. LEAGUE)	2021～	アスリートパフォーマンス ディレクター	玉置 龍也	理学 療法士
	2024～	メディカルトレーナー	井上 夏香	
			彼島 奈々	
運動器の健康・日本協会	2024～	認定スクールトレーナー制度 資格委員会委員	鈴川 仁人	理学 療法士

(3) 情報の収集及び提供

① 横浜市スポーツ医科学センターWeb ページ

横浜市スポーツ医科学センターの利用案内に加えて、それぞれの分野からのコラムや蓄積してきたデータなどの情報提供を行った。

表 1 掲載実績 企画

掲載月	執筆者	内容	職種
6 月	村山 雄輔	MR I の信号変化の定量化による初期疲労骨折の改善度の評価とスポーツ復帰状況との関係	医師
6 月	佐野 佑斗	5th World Congress of Sports Physical Therapy (世界スポーツ理学療法会議) 参加記	理学 療法士
10 月	唄 大輔	膝前十字靱帯再建術後の新たな筋力評価の開発 ～筋力発揮直後の立ち上がり Rate of Development に着目して～	
11 月	田中 大夢	ジュニアベースボールプログラム内でのトレーニングによるフォームへの影響	
1 月	恒川 菜織子	日本成長学会 (The Japanese Association for Human Auxology) 参加記	
1 月	平山 公佑	第 11 回日本スポーツ理学療法学会学術大会参加記	
3 月	小林 優理亜	2024 年度体操競技大会帯同報告	

② ライブラリー

スポーツ医科学専門ライブラリーにはスポーツ医科学に関する多くの書籍を置き、市民に開放している。

表 1 主な蔵書

和書	最新心電学・医学大辞典・看護学大辞典・解剖生理学・ナース内科学 ほか
洋書	Sports - Medicine・ORTHOPA-EDIC - AND - SPORTS・PHYSICAL - THERAPY:ets ほか
雑誌	AMERICAN - JOURNAL - OP - MEDI-CINE・臨床栄養・心臓・ナース専科 ほか
CD	A. D. A. M インタラクティブ解剖学・医療用薬品集 CD - ROM 検索システム ほか

(4) 施設の提供

①施設貸出

大アリーナ・小アリーナ・研修室を目的に合わせて貸出を行っている。

(ア) アリーナ

施設名	面積	利用用途
大アリーナ	930 m ²	器械体操（体操設備常設）
小アリーナ	460 m ²	エアロビクス・ダンス・軽運動 など

表 1 大アリーナ・小アリーナ月別利用者数

(単位:人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
579	518	605	817	881	585	580	605	1,171	1,061	1,086	1,331	9,819

(イ) 研修室

施設名	面積	収容人数	利用用途
大研修室	250 m ²	135 人	研修室・発表会・会議・ 軽運動など
中研修室	140 m ²	81 人	
会議室	60 m ²	16 人	会議・打合せ・軽運動など

表 2 大研修室・中研修室・会議室月別利用者数

(単位:人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
961	664	1,295	1,944	804	425	754	793	1,036	636	458	525	10,295

(ウ) イベントへの貸出

※令和 6 年度の本事業は、実施されませんでした。

イベント名	開催日	貸出施設	利用者数
-	-	-	-

②個人利用

S P S 受診者や一般利用者を対象に、トレーニングルームと 25m 室内温水プールを健康の維持・増進を目的として個人利用に提供している。

(ア)トレーニングルーム

利用対象者	・原則として 15 歳以上の方（中学生は利用不可） ・トレーニングルーム利用者講習会を受けた方 ・リハビリテーションやME C を利用している方または利用していた方で、医師がトレーニングの実施を許可した方
利用料金	1 回 1,000 円 (天井脱落対策工事により情報展示室に機器を移動して運営した期間は、500 円(税込)の料金体制で実施)
利用者講習会	初めてトレーニングルームを利用する方を対象に、トレーニングルームの利用方法や各種のトレーニング方法・マシンの取り扱い方法を講習会形式で実施している。

表 1 トレーニングルーム月別利用者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
610	602	711	679	701	508	513	493	481	448	446	452	6,644

※個人利用のみで教室等での利用人数は含まない。

表 2 トレーニングルーム利用講習会月別参加者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
27	22	32	33	18	15	13	18	12	16	14	5	225

(イ) 25m室内温水プール

利用対象者	・原則として 13 歳以上の方 ※13 歳未満の方は、1 人につき成人 1 人の同伴が必要。ただし、オムツの取れていない方は利用不可 ・25m を泳げる方 ・体調に不安の無い方
利用料金	1 回 600 円（13 歳未満の方は 1 回 300 円）

表 3 25m プール月別利用者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
540	686	838	1,141	1,154	1,041	1,190	1,056	716	855	894	986	11,097

※個人利用のみで教室等の利用人数は含まない。

(5) スポーツ大会、イベントでの PR・連携事業

スポ医科出張相談会

■実施内容

市民参加のイベント・大会等にスタッフが直接出向き、施設・各種事業の紹介を行ったり、理学療法士（P T）によるケガ等の個別無料相談を実施したりする事業である。

■実施結果

実施日	大会名等	相談者
2024/10/27	横浜マラソンフェスタ 2024	100

6 競技選手の競技力向上事業

(1) 専門的体力測定・スキルチェック等

競技選手（競技力の向上を目指している方：一般スポーツ愛好家からトップレベルの選手までを含む）に対するサービスとして、より専門的な体力測定やスキルチェック（フォームの撮影・分析等）を実施している。トレーニング内容の検討やその効果の検証、競技特有の動作の分析など、要望に応じて実施内容・方法を検討している。

■主な測定内容

形態・体組成	肢長・周径囲、皮脂厚、体脂肪率 など
全身持久力	最大酸素摂取量、乳酸閾値（LT） など ランニング測定・バイク測定として一般スポーツ愛好家向けに乳酸閾値測定プログラムを実施
筋力・瞬発力	等速性筋力、最大無酸素パワー、跳躍力 など
スキルチェック	アライメントチェック・フォーム撮影・動作分析 など

表 1 体力測定月別利用人数

（単位：人）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
形態・体組成	—	14	24	51	4	—	6	23	75	78	9	20	304
全身持久力	4	63	35	26	39	7	64	30	25	8	14	27	342
うちランニング測定／ バイク測定	4	2	6	12	7	7	7	10	13	6	8	7	89
筋力・瞬発力	—	38	1	19	8	—	12	44	168	90	6	16	402
スキルチェック	2	2	5	8	4	3	5	7	7	2	5	4	54
合 計	6	117	65	104	55	10	87	104	275	178	34	67	1,102

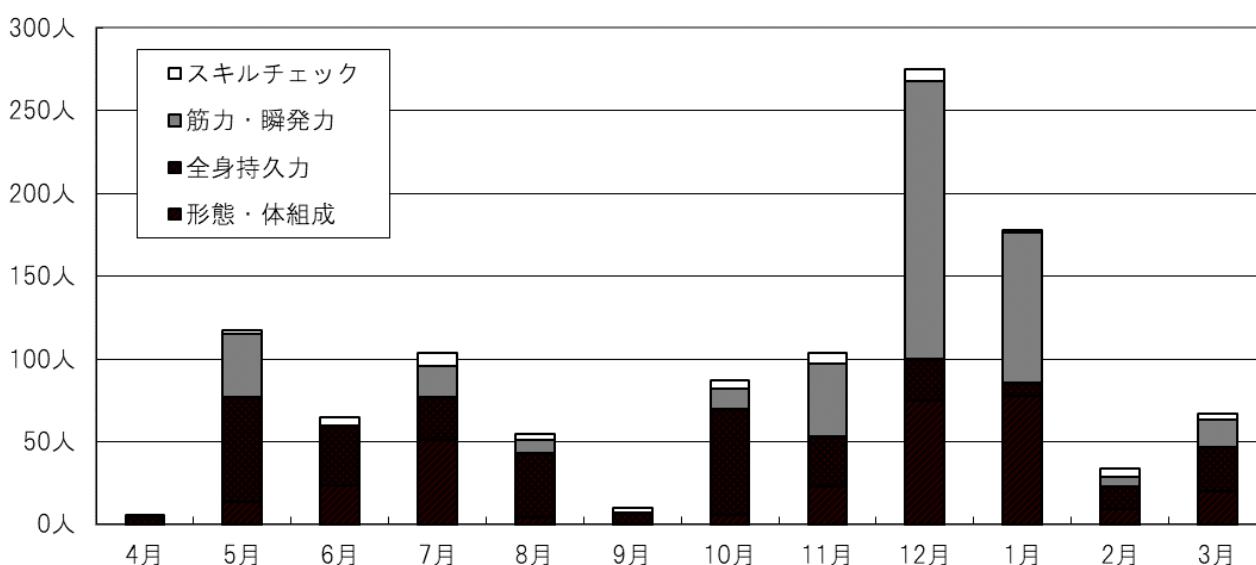


表2 競技種目別・測定内容別人数

(単位：人)

種 目	性 別	測 定 内 容				計
		形態・体組成	全身持久力	筋力・瞬発力	スキルチェック	
サッカー	男性	148	—	212	—	360
	女性	—	—	—	—	—
スキー	男性	12	149	29	—	190
	女性	8	12	22	—	42
陸上	男性	16	93	16	39	164
	女性	—	22	7	8	37
二輪・四輪競技	男性	39	36	36	—	111
	女性	—	—	—	—	—
バスケットボール	男性	12	—	30	—	42
	女性	—	—	—	—	—
ローイング・カヌー	男性	—	3	—	—	3
	女性	6	9	—	—	15
トライアスロン	男性	—	7	—	6	13
	女性	—	3	—	—	3
キックボクシング	男性	8	—	—	—	8
	女性	—	—	—	—	—
その他	男性	47	8	30	1	86
	女性	8	—	20	—	28
合計	男性	282	296	353	46	977
	女性	22	46	49	8	125
	計	304	342	402	54	1,102



動的筋力測定（膝伸展・屈曲トルク）

表3 競技種目別・年齢別人数

(単位：人)

種 目	性 別	年 齢 区 分													計
		～19	～24	～29	～34	～39	～44	～49	～54	～59	～64	～69	～74	75～	
サッカー	男性	360	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	360
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
スキー	男性	94	62	—	—	8	—	8	8	—	5	5	—	—	190
	女性	40	2	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	42
陸上	男性	65	1	2	5	10	14	17	11	20	17	1	—	1	164
	女性	16	—	2	—	—	1	2	12	2	2	—	—	—	37
二輪・四輪競技	男性	57	30	18	—	6	—	—	—	—	—	—	—	—	111
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
バスケットボール	男性	7	28	7	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	42
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ローイング・カヌー	男性	3	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	3
	女性	15	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	15
トライアスロン	男性	—	—	—	2	2	—	2	7	—	—	—	—	—	13
	女性	—	—	—	—	2	—	—	—	1	—	—	—	—	3
キックボクシング	男性	—	—	—	—	8	—	—	—	—	—	—	—	—	8
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
その他	男性	74	2	3	1	—	—	2	2	2	—	—	—	—	86
	女性	28	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	28
合計	男性	660	123	30	8	34	14	29	28	22	22	6	—	1	977
	女性	99	2	2	—	2	1	2	12	3	2	—	—	—	125
	計	759	125	32	8	36	15	31	40	25	24	6	—	1	1,102



全身持久力測定（最大酸素摂取量）

(2)「横浜ビー・コルセアーズ」サポート

①概要

横浜市を拠点として活動するプロスポーツ選手の競技力向上支援の一環として、プロバスケットボールチーム「横浜ビー・コルセアーズ」のメディカルサポートを実施した。

②事業目的

- ・専門的な医療機関・スタッフによる全面的メディカルサポート
- ・理学療法士の帯同による外傷・障害への迅速かつ適切な対応
- ・ネットワーク作成や外傷管理ファイルの提供による情報共有システムの構築
- ・サポート活動を通じた、メディア等の露出によるセンターPR
- ・持続可能なメディカル・コンディショニング体制の構築

③従事者

チームドクター：スポーツ医科学センター整形外科医（清水 邦明）

アスリートパフォーマンスディレクター：スポーツ医科学センター理学療法士（玉置 龍也）

メディカルトレーナー：スポーツ医科学センター理学療法士（玉置 龍也、井上 夏香、彼島 奈々）

④実施内容

(ア) 実施期間

- ・2024年4月1日～2024年5月21日（Bリーグ2023-24シーズン・R6年度分）
- ・2024年7月1日～2025年3月31日（Bリーグ2024-25シーズン・R6年度分）

(イ) チーム成績

2023-24 シーズン

- ・レギュラーシーズン 24 勝 36 敗（中地区 7 位）
- ・天皇杯(ベスト6進出)
 - 3次ラウンド 対 立川 勝利、対 神戸 勝利、対 秋田 勝利
 - 4次ラウンド 対 渋谷 勝利
 - 準々決勝 対 宇都宮 敗戦

2024-25 シーズン

- ・レギュラーシーズン 24 勝 36 敗（中地区 7 位）
- ・天皇杯
 - 2次ラウンド 対 三重 勝利、対 宇都宮 敗戦

(ウ) 医科学サポート実績

- ・メディカルチェック、診療、リハビリ

(エ) メディカルスタッフ帯同実績

- ・チームドクター：

2023-24 シーズン	ホームゲーム 1 試合
2024-25 シーズン	ホームゲーム 1 試合
- ・メディカルトレーナー：

2023-24 シーズン	ホームゲーム 7 試合、練習帯同 4 回
2024-25 シーズン	ホームゲーム 23 試合、練習帯同 58 回

(オ) 情報共有システムサポート

情報共有システム：組織間連絡、施設利用報告、チーム日報などについて SNS を活用

(カ) 情報発信

横浜ビー・コルセアーズホームページにてサポートに関する覚書の内容を紹介

「公益財団法人横浜市スポーツ協会と覚書を締結、横浜市スポーツ医科学センターに選手の医科学サポート等を実施いただきます」

⇒ https://b-corsairs.com/news/partner_20240701_4/

(キ) メディカル・コンディショニングチームのディレクション業務

メディカル・コンディショニング業務の統括とチームマネジメントを実施

(3)「横浜 F・マリノス」サポート

①概要

横浜市を拠点として活動するプロサッカーチーム「横浜 F・マリノス」のメディカルサポートを実施した。

② 事業目的

- ・選手やスタッフのメディカルチェック、フィジカルチェック、診療・リハビリほか、全面的なメディカル支援、医科学センター内施設利用を行う。(育成強化カテゴリーおよびアカデミー組織への支援含む)
- ・サポート活動を通じた、ホームページ、メディア等への掲載や事業連携を行う。

③実施内容

(ア) 実施期間

2024 年 2 月 1 日～2025 年 1 月 31 日、2025 年 2 月 1 日～2026 年 1 月 31 日

(イ) 医科学サポート実績

- ・リハビリテーション、ケア、治療、傷害予防

(ウ) 施設利用実績

- ・メディカルチェック、筋力測定、画像検査等

(4)「横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科」サポート

①概要

平成 23 年 3 月に横浜市が策定した「横浜市立高等学校 教育振興プログラム」を受け、平成 26 年 4 月に設置された「横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科」のメディカルサポートを実施した。

②事業目的

横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科の教育内容及び競技力向上に向けた専門的知識やノウハウの提供による医科学サポートの実施

③従事者

個別相談：スポーツ医科学センター理学療法士（柴田 真子、田中 大夢、岡崎 美琴）

特別講義：スポーツ医科学センター管理栄養士（高木 久見子）

体力測定データ分析：スポーツ医科学センタースポーツ科学員（吉久 武志）

④実施内容

(ア) 競技力向上の支援

個別相談 のべ 593 人

(イ) 講師派遣

特別講義 7 回実施

(5)「桐蔭横浜大学」サポート

①概要

桐蔭横浜大学の教育支援の一環として、学部トレーナー教育へのサポート、学内におけるトレーナー活動（傷害予防支援等）、スポーツサポートセンター（SSC）活動のサポートのため、アスレティックトレーナーを派遣した。

②実施内容

(ア) 実施期間

2024 年 11 月 18 日～2025 年 3 月 17 日 計 11 回

(イ) 従事者

スポーツ医科学センター理学療法士 塩田 真史、井上 夏香

(6)「岩崎学園」との連携協力

①概要

令和6年3月27日に岩崎学園と横浜市スポーツ医科学センターとの連携協力に関する協定書を締結し、令和6年度から、双方の事業強化、人材の教育支援及び連携の一環として、理学療法士の講師派遣、当センターでの実習受け入れ、スポーツイベントにおける学生ボランティア支援を実施した。



学校法人岩崎学園との
連携協定書締結式
(令和6年3月27日)

②実施内容

(ア) 講師派遣

2024年10月3日～2025年1月23日 計15日

横浜リハビリテーション専門学校にて講義

講師：スポーツ医科学センター理学療法士 鈴川 仁人、玉置 龍也、井上 夏香、
柴田 真子、小林 優理亜、田中 大夢、今 花夏、平山 公佑

(イ) 実習受け入れ

2024年8月12日～10月5日 計8週間

横浜リハビリテーション専門学校 臨床実習

2024年11月5日、11月12日、11月26日、12月10日 計4日

横浜スポーツ&医療ウェルネス専門学校 プール実習

(ウ) ボランティア支援

2024年10月14日 スポーツ・レクリエーションフェスティバルにおいて
横浜スポーツ&医療ウェルネス専門学校の学生ボランティア 4名従事

横浜市スポーツ医科学センター年報 第 27 号

発 行 者 公益財団法人横浜市スポーツ協会
横浜市スポーツ医科学センター
〒222-0036 横浜市港北区小机町 3302-5
Tel:045-477-5050 (代表)

ホームページ <https://www.yspc-ysmc.jp/>

発 行 年 月 令和 7 年 6 月
