

A study on the defusion of taping as the prevention of sports injuries

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2017-10-03 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2297/607

傷害予防としてのテーピングの普及に関する研究

井浦 吉彦・北川 延尚*

A Study on the defusion of taping as the prevention of sports injuries

Yoshihiko IURA, Nobunao KITAGAWA

研究目的

スポーツ選手にとって、「傷害」は運動を实践していく上で何よりの強敵である。従って、傷害の予防に万全を期する事は、運動を实践する事と同様に、重要な行為である。そのため現在のスポーツ界では、様々なスポーツ傷害予防法が実践されている。その中の一手段として用いられている方法の中に、関節可動域を制限する事により傷害を防止するテーピング法がある。このテーピングは、アメリカのアスレティックトレーナーによって、スポーツ選手に対する傷害予防の一手段として、1975年に初めて日本に紹介されて以来、様々な研究が行われ、その効果が示されてきている³⁾¹⁴⁾¹⁵⁾²¹⁾²⁴⁾²⁶⁾²⁸⁾³⁴⁾³⁵⁾³⁶⁾³⁷⁾³⁸⁾³⁹⁾。また近年テーピング方法も改良がなされ、さらにはキネシオテーピングやスパイラルテーピングなど新しいテーピングの種類も増え、テーピングの用途にも幅がでてきているのが現状である⁵⁾⁶⁾¹³⁾¹⁷⁾³¹⁾⁴⁰⁾。しかしその一方で、テーピングの普及は、トレーナーなど、テーピングに対する専門的な知識を有する者が在籍する、トップレベルの競技スポーツチームが中心であるのが現状である。従って、専門的な知識を有する者を確保する事が困難であるトップレベル以外のチーム、特に地域レベルにおけるチームなどにおいては、普及しているかが疑問視されるところである。

そこで本研究は、地域レベルの社会人スポーツ界、特に下肢に多くの傷害が見られ、テーピングの使用機会が多いと考えられるサッカー競

技を対象とし、テーピングに対する実態調査を行い、以下の事を明らかにする事を目的とした¹⁹⁾²⁰⁾²⁶⁾²⁹⁾⁴²⁾。

- ①地域レベルにある社会人サッカーチームにおけるテーピングの普及度
- ②テーピングの使用目的
- ③テーピングの使用実態
- ④テーピング普及のための情報源と障害点

研究方法

I. 調査対象者

I 県内に本拠地をおく社会人サッカーチームで、以下の条件を設定し、対象者を選定した。

- (1) 平成6年度北信越社会人サッカーリーグに所属する2つの社会人チームの選手56名
- (2) 平成6年度I 県一部リーグに所属する5つの社会人チームの選手131名

II. 調査期間

平成6年11月26日～平成6年12月15日

III. 調査方法

各社会人チームの代表者に対して、事前に電話連絡を行い、承諾を得た上で、「傷害予防としてのテーピングに関する実態調査」と題する質問紙を直接配布・記入・回収を行うために、練習場まで出向き、調査を実施した。

IV. 質問紙内容

質問紙の内容は、下記の4つの項目を基に作成した。

- (1) I県社会人サッカーチームの実態
- (2) テーピングの実態
- (4) 傷害予防としてのテーピングの実態
- (4) 傷害予防に対する意識の実態

V. 分析方法

アンケートにおける各調査項目について単純集計を行い、度数及び百分率を求めた。また各調査項目におけるクロス集計においては、 χ^2 検定を実施し、5%を有意水準とした。尚これらの集計にあたっては、NEC社製のPC-9801DAにインストールされた、アンケート調査集計用ソフト「秀吉」(㈱社会情報サービス社製)を用いた。

結果及び考察

I. I県社会人クラブチームの実態

(1) 構成員の概要

I県社会人一部リーグに所属する構成員の平均年齢は 24.5 ± 4.2 歳であり、比較的若手選手が、チームの中心を成していることが示された。また、これらのメンバーの約8割は、10年以上のサッカー歴を持つ選手であった。さらに、構成員のクラブ所属理由は、「試合に勝つため」と回答した選手が、約3割であったのに対して、「趣味として楽しむ」、「仲間作りのため」、「健康増進のため」という、試合の勝敗にこだわらない要因(以下、非競技的志向要因)のいずれかを選択している選手は、約7割であった。(図1)すなわち、高島ら(1991)²⁷⁾が、健康・楽しさ・共同性を重視したスポーツを生涯スポーツと定義していることからわかる様に、I県内の社会人サッカーチームの選手は、熟練者が多いものの、非競技的志向が強く、生涯スポーツの一貫として、サッカーを実施していることが示唆された。

- (2) チーム携わるに専門家の有無と選手の実態
「トレーナーのような医療に関する相談ができる専門家が自分の周辺に存在するか」という

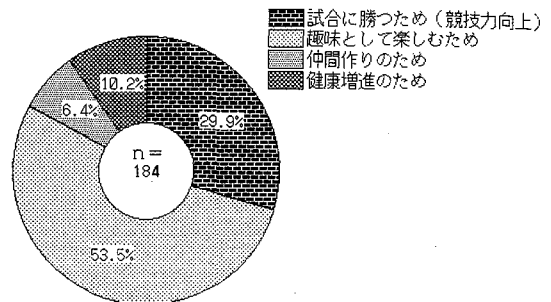


図1 クラブに所属する理由

質問に対して、約86%の選手が「存在しない」と回答している。この結果は、北川(1993)¹²⁾が地域レベルにある北信越の大学サッカー部に対して調査した結果と、同じ傾向を示す結果であった。すなわち、地方のサッカー界においては、中央のサッカー界やプロなどのトップレベルにあるチームと比較して、スポーツ現場と医療機関との密接な関係が、確立されていないことが示唆された。

またこの様な医療機関との連携が不十分であることは、傷害予防や傷害後の復帰の目安・リハビリテーションの実施などを自分自身で行っていることが推察される。特にサッカーにおいて発生頻度が高い傷害は、(財)スポーツ安全協会(1995)⁴³⁾が平成4年度に実施した調査によると、前腕骨折及び足関節捻挫であると報告されている。また梅ヶ枝(1984)²⁸⁾(1988)²⁹⁾等によると、足関節捻挫を受傷した選手のほとんどが、湿布などの処置を施すだけで、医療機関に行くこともなく、何も行わず放置する者も少なくないとしている。すなわち、本研究において対象としたチームでは、先に示した様に非競技的志向要因を動機とする、比較的若い選手が多く、また傷害について相談できるような医療関係者もいないことを併せ考えると、選手自身の傷害予防や処置などに対する認識が不足していることが推察される。

II. テーピングの使用実態

(1) テーピングの普及度

I 県内における社会人サッカーチームの選手のテーピング使用状況は、調査対象者全体の約半数の選手が、テーピングを「少しでも使用する」という回答結果を得た。特に、テーピング使用者の約83%が20代の選手であった。また、テーピングを使用する機会は、7割以上の者が、傷害発生後の再発防止効果を目的として、練習もしくは試合中に使用するという結果であった。

一方、テーピングを「全く使用しない」と回答している選手は、全体の約半数の48.7%を占めている状況にあることが示された。さらに、図2からも分かるように、これらの選手のうち約56%は、テーピングを未使用の上、その他の傷害防止方法についても、「何も行っていない」という回答結果が得られた。

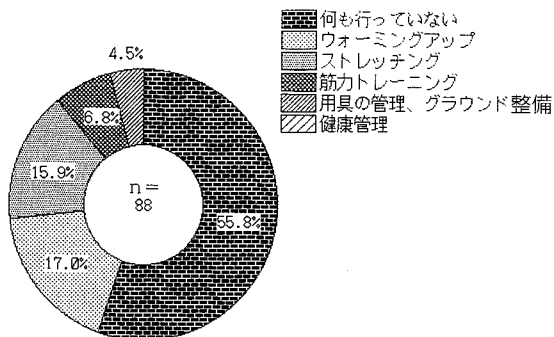


図2 テーピング未使用者の傷害防止方法

特に、傷害が即選手生命の危機につながりかねないと考えられる、30歳以上の選手においては、テーピング未使用の割合が65.6%を示し、またテーピング以外の傷害防止方法についても、約85%の選手が「何も実施していない」と回答していることから、この年代が各年齢層の中において最も、傷害防止に対する意識が低いと推察される。(図3)

さらに上記の結果を、選手がチームに所属する理由と照らし合わせると図4の様な結果を得

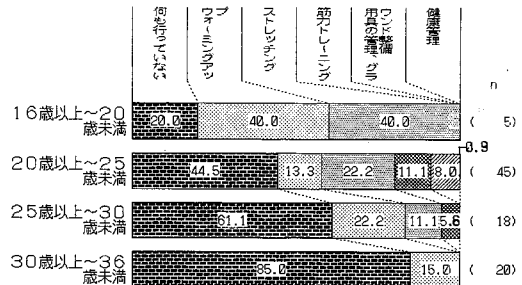


図3 テーピング未使用者の年齢層と傷害防止方法

た。所属理由を「試合に勝つため」と回答し、傷害を防ぐことが重要、もしくは怪我をしていても出場する意志が強い、出場する必要があると考えられる56名の選手において、テーピングを「使用する」と回答した者は、約61%であった。一方、同様の所属理由を持ちながら、テーピングを「使用しない」と回答した約39%の選手のうち、約85%の選手は、図5に示した如く、ストレッチングなどテーピング以外の方法で、傷害を防止する対策をとっている。すなわち、「試合に勝つため」にサッカーを行っている選手においては、9割以上の者が、テーピング法を含め何らかの傷害防止方法を行っている。またその中でも特に、テーピング法が傷害防止の手段として、最も支持され用いられている方法であることが推察される結果であった。

一方「非競技的要因」を所属動機とし、テーピングも「使用しない」としているほとんどの選手の約7割が、傷害防止方法として「何も実施していない」と回答する結果であった。(図5) すなわち、言い換えると「非競技的要因」の所属理由をとっている選手の傷害防止方法としては、テーピングを用いるか、もしくは全く何も行わないかの、いずれかである傾向が強いと推察される。

以上の結果より、地域レベルにある社会人サッカーチームの選手においては、チームへの所属動機に関わらず、半数以上の選手がこれまでにテーピングを使用した経験を持っていることが導かれた。またテーピングは、特に何らか

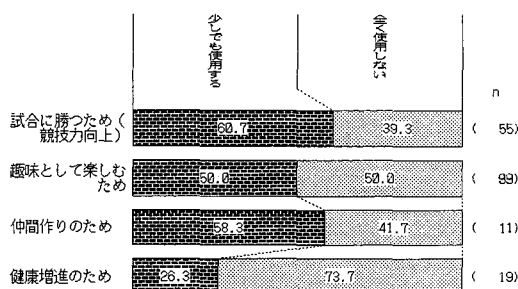


図4 クラブ所属理由とテーピング使用状況

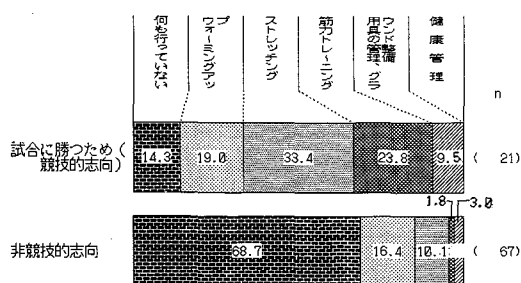


図5 テーピング未使用者における所属動機と傷害防止方法

の怪我を持っている場合の試合出場時における傷害防止方法の手段として用いられ、普及しつつあることが推察される。

(2) 傷害防止としてのテーピングの使用状況及び使用における障害点

① 傷害の“未然予防”テーピング

テーピングを「使用する」と回答した選手(全体の51.3%)のうち、傷害を未然に防ぐためにテーピングを「使用する」と回答している選手は、約10%のみであった。一方、「使用しない(ほとんど使用しないとする者も含む)」と回答した選手は約90%を示し、 χ^2 検定において有意に高い傾向が見られた。またこれらの結果を「試合中」及び「練習中」に分類すると、以下の結果が得られた。

a. 「試合中の傷害未然予防テーピング」

試合中の傷害を未然に防止するためにテーピ

ングを「使用する」と回答した選手は、テーピング使用者のうちの12.5%であり、一方「使用しない」と回答した選手は、87.5%で有意な差を示した。

一方試合における未然予防のテーピングを「使用しない」とする理由について見ると、「動きが制限される」とする選手が48.8%であり、最も高い傾向を見せた。すなわち、テーピングの重要な機能である関節可動域(以下、ROM)の制限が、サッカーに必要な足関節の柔軟性を奪うと感じられているためであると考えられる。従って、試合においては未然の傷害防止よりも、そのパフォーマンスの質に重点がおかれ、パフォーマンスの質が低下することを嫌う傾向が見られた。またこの他の理由として、「テーピング以外のものを使用」が14.3%、「手間がかかる」が11.9%、「費用がかかる」とする理由を挙げた者が8.3%であった。特に「テーピング以外のものを使用」として選手は、一見テーピングの機能・性質に対して不信感を抱いているための様に考えられるが、元々テーピング使用者の約90%がテーピングに傷害防止の「効果がある」としていることから(図6)、テーピングの機能や性質に対する不信感などではないことが理解できる。すなわち、「テーピング以外の物を使用」を挙げた選手にとっては、テーピングに「手間がかかるため」もしくは「費用がかかる」と感じる要因が大きいのと考えられ、安価で早くかつ、簡単にできるサポーターやバンテージなどが用いられている傾向にあるといえる。

従って、試合中の未然予防としてテーピングが用いられない理由としては、特に機能的な問題が示される結果であった。しかし、テーピングの機能・性質や特徴は、ROMを制限することにより、損傷部位や損傷すると考えられる部位に対して、強化・補助・助長を目的としている¹⁶⁾²⁵⁾²⁸⁾³⁹⁾。すなわち、この様なテーピング本来の性質が選手に浸透していないことが示され、また、先に示したように、地域レベルのチームが抱えるトレーナーなどの専門家不足が、この

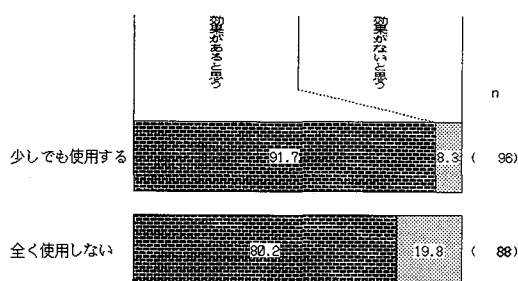


図6 テーピングの使用とテーピングの傷害予防効果に対する意識

背景にあることが伺える。しかし一方で、このような機能的な問題は、今後専門家の増加に伴い、正確なテーピング法が伝わると考えられることから、明らかに問題とされる動きに対してのみの制限を行うテーピング方法（ファンクショナルテーピング法）等を実施するなどの工夫により、解決され则认为られる⁷⁾。

b. 「練習中の傷害未然予防テーピング」

練習中の傷害を未然に防止するためにテーピングを「使用する」とした選手は、テーピング使用者のうちの7.3%であり、「使用しない」とした選手は、92.7%であった。すなわち練習中においても試合時と同様に、ほとんどの選手が未然予防としてのテーピングを使用していないことが示された。

テーピングを「使用しない理由」においては、「費用がかかる」という物理的な問題などの理由を挙げている選手が、約32%で最も高い割合を示した。また、上述したように「テーピング以外のものを使用」や「手間がかかる」という理由も物理的な問題が関与していると考えられるため、これらの理由を挙げた約30%の選手も含めると、物理的な問題を理由として挙げた選手は、合わせて約62%にのぼった。一方、試合において使用しない理由に挙げられていたテーピングの性質的・機能的な問題についての理由（「動きが制限される」）を挙げた選手は、18%にとどまっている。

従って、練習中の未然予防におけるテーピン

グの未使用者においては、機能的な問題よりも、特に物理的な問題の費用面についての障害点が最も高い要因であると推察できる。

以上、「傷害の未然予防についてのテーピング」におけるa及びbをまとめると、試合中であれ、練習中であってもテーピングの使用者がかなり低い傾向にあることから、選手の未然予防についての意識はかなり低いといえる。また今後、未然予防の意識を高めていくことと共に、物理的な問題、特に専門家の充足や費用面についての問題を解決することが、今後の未然予防のテーピングの使用状況の割合を高めて行くための重要な要因になると推察される。

② 傷害の再発予防テーピング

テーピングを「使用する」とした選手のうち約23%の者は、傷害の再発を防止するために「使用する」と回答し、約77%の選手が「使用しない」としている。また、この結果を「試合中」及び「練習中」に分類した結果を以下に示した。

a. 「試合中の傷害再発予防テーピング」

試合中の傷害の再発予防としてテーピングを「使用する」としている者は、テーピング使用者のうちの26%であり、「使用しない」とした者は、74%であった。従って、上述した未然予防と比較するとテーピング使用者が若干であるが増えている傾向にあり、再発防止の方が選手にとって、テーピングをする機会が多いと考えられる。また、鹿倉(1992)²²⁾が、テーピングを施す者の90%以上は、傷害発生後の保護を目的としている者であると述べていることから、テーピングの目的そのものが、治療の一種であるとする考えが強いことが伺える。このことから、未然予防よりも再発予防としてテーピングを用いる者の方が、使用する割合が多くなったと推察される。

一方「使用しない」としている選手の理由としては、「動きが制限される」とする者が30%で、

上述した試合の未然予防における割合よりも低い傾向にあるものの、テーピングの性質である、ROMの制限に戸惑いを感じていると考えられる。また「テーピング以外のものを使用」や「手間がかかる」としている選手も合わせて32.4%、「費用がかかる」としている者は24%存在し、再発防止のテーピングにおいても、物理的な問題が合わせて56.4%となり、再発予防テーピングの普及のための障害点の大きな要因であると考えられる。

b. 「練習中の傷害再発予防」

一方練習中の傷害の再発防止のためのテーピングを「使用する」としている選手は、約20%であり、「使用しない」としている選手は約80%という結果を示している。それぞれの理由について見ると、「使用する」としている選手では、「安心感がある」や「固定力がある」とし、機能的な面を評価・認識している者が合わせて73.6%という高い傾向を示した。また「傷害部位の保護」とする回答も、21.1%の者にみられた。従って今までの使用理由にみられなかった「傷害部位の保護」としての理由が約20%みられることから、上述した鹿倉(1992)²²⁾の調査を裏付ける結果であった。すなわち使用している選手の多くは、再発防止と言うよりも、炎症や疼痛の拡大を防ぐための保護的作用を期待して、用いる傾向を示した。

一方、「使用しない」と回答した選手の理由では、「費用がかかる」が最も高い傾向をみせ37.7%で、次いで「テーピング以外のものを使用」が29.9%となり、「動きが制限される」とする機能的な問題は9.1%にとどまっている。従って、試合において再発防止のテーピングを「使用しない」として挙げられた理由と異なり、「動きが制限される」の割合が低い傾向にある。これは、先にも述べたように再発防止として使用している選手は、テーピングを一種の治療的手段として捉えているため、動きが制限されても仕方がないという考えが背景にあると考えられ

る。従って、練習中における再発防止においても、他のテーピング使用機会と同様に、物理的な問題が障害点として、最も大きな要因であることが示された。

以上、上記の②のa及びbより、試合・練習に関わらず、再発防止のテーピングは、未然予防のテーピングと比較して若干使用機会が高い傾向にあるが、使用普及のための障害点としては、物理的問題が未然予防と同様の問題点として挙げることができる。

(3) テーピングの情報源と使用実態

テーピングを「使用している」と回答している選手が、テーピングを施すために得る情報源は、約46%の選手が「本・雑誌・テレビから得ている」と回答し、次いで「チームメイトが施すのを真似ている」が約28%、「講習会に参加して」が約13%、「監督やコーチから」が約12%という結果となった。(図7)

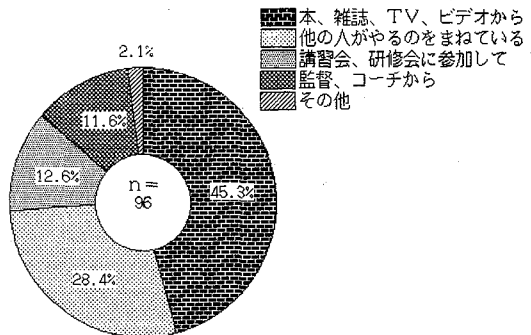


図7 テーピング使用者の情報源

従って、テーピングの情報源としては、第3者の直接的な指導によりテーピングの施し方を得たのではなく、メディアから情報を入手し、間接的にテーピングの施し方を習得している実態が明らかにされた。すなわちこれは、I. (2)においても述べたように、テーピングなど医療面について携わるような専門家がチームに存在しないなど、現場と医療機関との協力関係がとられていないことに起因すると考えられる。またこのことは、アメリカなどにおいてみられる、

NATAの様なトレーナー協会などが設立されず、職業としてのトレーナーが確立されていないことも要因であると考えられる。

また、テーピングの使用実態についての質問によると、テーピングを使用している選手の約8割の者が自分で巻いていると回答しているのに対して、「知識を持った人に任せる」という選手は、約15%に過ぎなかった。(図8)

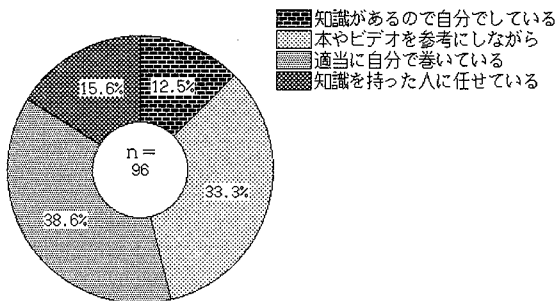


図8 テーピングの使用実態

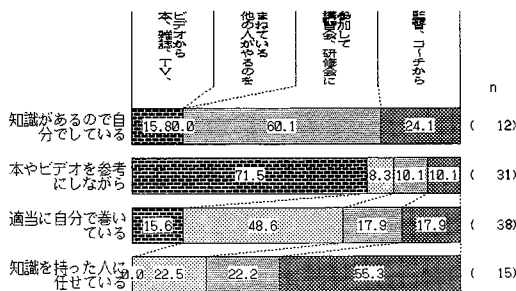


図9 テーピング使用者の使用実態と情報源

さらにこの結果を先の情報源と照らし合わせると、図9に示したよう自分に知識があるとする者を除くと、自分で巻いている者のほとんどが、実際のテーピングの指導を直接受けていないため、正確な情報や巻き方ができないまま、自分自身で巻いていることが推察される。さらに、「自分自身に知識があるので自分で巻いている」としている者の約16%は、「本やビデオ」が情報源であるとしている。従って、本やビデオだけでは、細かな点まで十分に認識できないなど、選手のテーピングに対する認識不足や、テーピングの効用についての誤解や過大評価がなされ

れる恐れもあり、テーピングによる弊害を生じていることも考えられる⁴¹⁾。

すなわち、「知識があるので自分で巻いている」と回答している選手は、テーピング使用者のうち約13%に過ぎず、さらに「知識を持った人に巻いてもらっている」と回答した選手も約11%に止まっているのが現状である。そのため、十分な知識を持つことによる正確な巻き方がなされていることは少ないと推察される。

以上のことから、現在のI県内の社会人サッカーチームには、医療面を指導できる者が少ないため、正確な方法によるテーピングがなされているとは考えにくく、間接的な情報源による、極めて不適切かつ不正確な巻き方を、選手自身で実施しているのが現状であるといえる。

III. 傷害予防に対するテーピングの意識と知識習得

(1) 傷害予防テーピングの効果に対する意識

テーピングを「使用している」と回答した選手(全体の51.3%)のうち、約9割はテーピングの予防効果について「効果がある」と回答している。しかしその一方で、テーピングの「効果がある」と回答している選手(全体の86.1%)のうち、テーピングを「使用していない」と回答している選手が、約半数の45.3%存在する。

(図10)

テーピングを「使用する」としている選手にとっては、テーピングの「効果がある」ということは“十分条件”になり得るが、テーピングに傷害予防の「効果がある」としている選手にとっては、テーピングを「使用する」というための“必要条件”にはなり得ないということを示している。つまり、テーピングを使用している選手は、テーピングの傷害予防としての効果に対して「効果がある」という意識が強く働いているが、テーピングに傷害予防の「効果がある」と認識しているだけの選手は、必ずしもテーピングを使用するわけではないため、テーピン

グを普及させるためには、別の要素が必要であると考えられる。

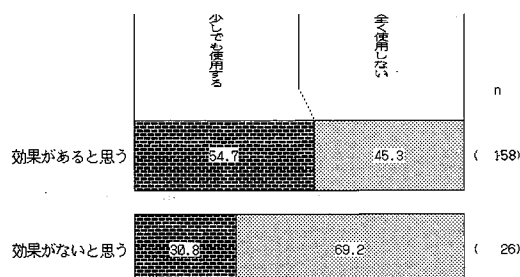


図10 テーピングの傷害予防効果に対する意識と使用状況

次に、テーピングの「効果があると思う理由」についてしてみると、テーピングを「使用する」と回答している選手は、「サポーターよりも固定力がある」という自己の経験に基づき、テーピングの機能や性質を実感したうえで回答していると考えられる割合が、81.7%で最も高い割合を示す傾向がみられた。(図11)

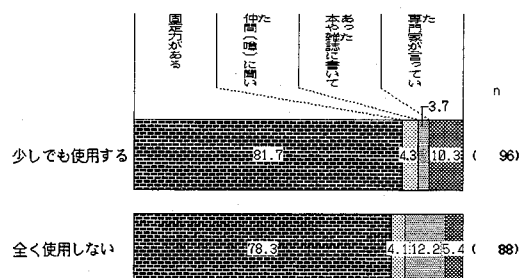


図11 テーピングの使用状況と効果があると思う理由

またテーピングを「使用しない」と回答した選手においても、同様の回答が78.3%と、最も高い割合を示す傾向をみせた。従って、どちらの選手においても、テーピングの効果については、その要素を決定づける要因として「経験」というものが重視され、山本(1986)³⁹⁾や菅原ら(1984)²⁶⁾が行っている様な、テーピングの効果に関する様々な実験研究報告などによる、科学的な根拠などと関与しているのではないと考えられる。もしくは、専門家の不在による、科学的な根拠の情報が得られないために、経験だけ

で、その効果を判断せざるを得ないことも考えられる。しかしどちらの立場にせよ、地方レベルにある選手のほとんどは、テーピングの「効果」について、これまでの自己の経験上から判断している傾向が強いと推察される。

(2) テーピングの知識習得に対する欲求度

テーピングの知識習得に対する欲求は、全体の約73%にのぼり、テーピング講習会への参加意欲も、ほぼ同程度の割合であった。

特に、図12に示した様に、テーピングを「少しでも使用している」と回答している選手のうちの約82%は、テーピングの「知識を習得したい」としており、テーピングを全く使用しない選手の習得欲求度と比較して、習得欲求が高い傾向にあることが示された。さらに、テーピングの情報源がこれまで「本やビデオなど」や「他人の真似」、「監督・コーチ」であった選手においても、テーピング知識を習得したいという欲求度は、非常に高い傾向を示している。(図13) また、使用実態においても「本やビデオを参考にして巻いている」選手や「適当に巻いている」といった選手がより知識の習得に高い意欲を示している傾向にある。すなわち、選手がより正確な知識を持った者から情報を習得し、正確な巻き方を施したいという意識の現れであると考えられる。

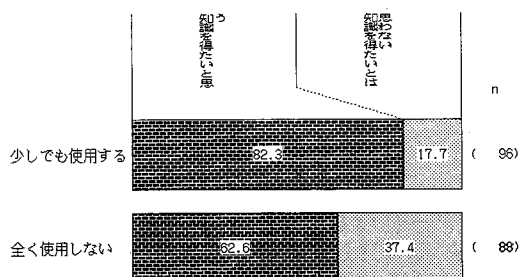


図12 テーピングの使用状況と知識習得欲求度

一方、テーピングを「全く使用しない」としている選手にあっても、約63%の選手がテーピングの「知識を得たい」と回答している。(図12)

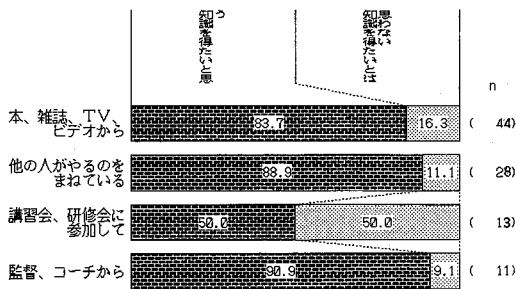


図13 テーピングの情報源とテーピングの知識習得欲求度

さらに、テーピングの講習会に「参加したい」と回答した選手の割合は、テーピングを「使用している」選手のそれよりも、「使用していない」選手の意欲の方が高い傾向を示した。(図14)

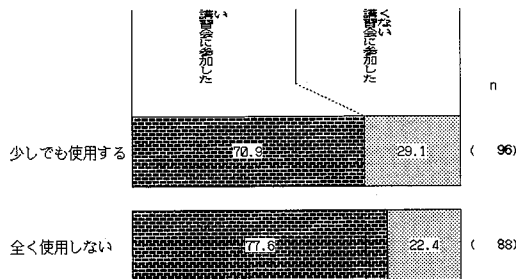


図14 テーピングの使用状況と講習会への参加意欲

これは、図6において示した様に、テーピングを使用していない選手にしても、約80%の選手がテーピングが傷害予防に対して「効果があると思う」と回答している結果に裏付けられていると考えられる。さらに、この選手が感じているテーピングの効果があると思う理由について

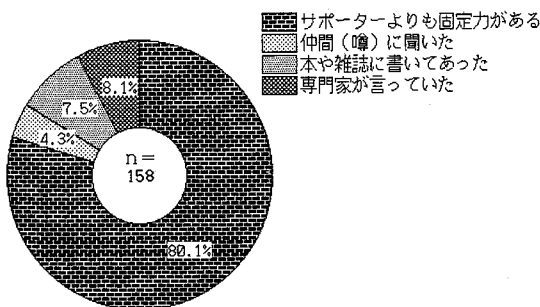


図15 テーピングの効果があると思う理由

では、「サポーターよりも固定力がある」とした選手が80.1%で、有意差がみられる結果であった。(図15)

すなわち、全くテーピングを使用していない選手は、自分の経験的な主観によって、テーピングの効果があると認めているものの、「専門家が言っていた」と回答している選手が、10%にも満たないことから分かる様に、第三者の客観的で、明確かつ正確なテーピングの効果の情報を知る機会や感じる機会が、これまでに得られなかったことが、「講習会に参加したい」という欲求を高めた原因ではないかと推察される。

以上の様に、テーピングの知識習得に対する意識は、大部分の選手においてその傾向が強いことが確認され、さらに習得方法としての講習会参加に対しても意欲的であることが確認された。しかしその一方、テーピングの「知識を得たいと思わない」と回答した全体の約27%の選手のうちの、約62%の選手は、その理由を「知識習得の必要があると思わない」もしくは「知識を得ても余り意味がない」と回答し、知識習得に対して消極的な姿勢が伺えた。(図16)

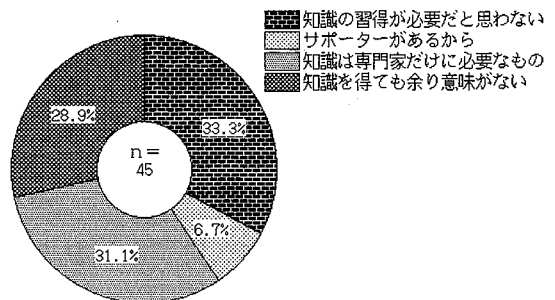


図16 知識を得たくないと思う理由

さらに、この様に回答している選手の約67%が、テーピングそのものの機能や性質について「効果がない」と回答していることから、テーピングの機能・性質が今まで以上に、広く知られるような資料の公表や、講習会の開催が必要であると考えられる。また、これらの選手は、傷害防止のための対策についてもほとんど全ての者が、何も講じていないことから、傷害の防

止に対する姿勢や考え方の認識の低さが指摘できる。従って、このような選手には何よりも先ず、傷害防止の必要性を説き、意識付けをさせることが先決であろう。

結論

1. 地域レベルにある、I 県内の社会人サッカーチームにおけるテーピング使用選手は、全体の51.3%であった。また、傷害防止に対する意識は、チームへの所属理由が「試合に勝つため」としている選手ほど強く、傷害防止方法の手段としてのテーピング使用率も6割以上で、テーピング以外の傷害防止手段も含めると90%以上の選手が何らかの傷害防止手段を行っており、傷害防止意識も高いと推察される。一方チーム所属動機を「非競技的志向」としている者の約53%は、テーピングなどの傷害防止手段を行っておらず、特に30歳以上の選手の傷害防止意識が低いと推察される。従って、テーピングは、特に競技志向を持ってプレーしている選手に普及している傾向が強いと考えられる。

2. テーピングの使用目的は、傷害の未然予防よりも再発予防として、また用いられる機会としては、練習中よりも試合中に用いられることの方が多い傾向にある。

3. テーピングの使用実態は、テーピングなど医療面に関する知識を持っている者が少ないために、「本やビデオ」などのメディアからの間接的な情報源を基にして、選手自身が不適切な巻き方で巻いていると推察される。

4. テーピング普及のための障害点としては、トレーナーの等の医療面を指導する人物の不在及び医療機関と現場との密接な関係が確立されていないことが先ず挙げられる。さらに、テーピング講習会などの情報の不足、費用がかかるなどの物理的な要素が、障害点の大きな要因で

あると推察される。

5. 上記の1.2.3.4.より、今後I県内の社会人サッカーチームに対して、テーピングを含めた傷害防止手段を実施する意識を向上していくために、現場と医療機関などとの密接な関係を図り、傷害防止の必要性を説くことが先ず先決である。さらに、今後テーピング講習会など、医療面に関する講習会の情報も各サッカーチームに行き届く様な情報システムを構築し、傷害防止の意識を向上させる必要があると考えられる。

参考引用文献

- 1) 青木邦男, 安藤真太郎: スポーツ外傷・障害に対する救急処置の現状と今後の課題, 臨床スポーツ医学, 7(10); 1193-1199, 1990
- 2) 天野和彦, 中川一彦: スポーツの現場における“トレーナー”の現状と今後の課題, 臨床スポーツ医学, 5(9); 1069-1077, 1988
- 3) 安藤勝英, 山本郁栄: 外傷とテーピング, 日本体育学会第28回大会号; 310, 1977
- 4) 藤井亮輔: アスレチックテーピング, オーバーユースのスポーツ傷害, エンタプライズ, 1992, pp165-169
- 5) 加瀬建造: 症状・疾患別キネシオテーピング法上・下巻, 医道の日本社, 1993
- 6) 加瀬建造: キネシオ・テーピング理念とその応用クラシック・バレエ編, 医道の日本, 49(10); 66-70, 1990
- 7) 川野哲英: テーピングの基本事項, コーチングクリニック, ベースボールマガジン社, 5(6), 1991, pp56-59
- 8) 川野哲英: テーピングの基本事項, コーチングクリニック, ベースボールマガジン社, 5(7), 1991, pp62-65
- 9) 川野哲英: テーピングの基本事項, コーチングクリニック, ベースボールマガジン社, 5(8), 1991, pp58-61
- 10) 川野哲英: 機能・動きへの着目とテーピングでの対応, Sportsmedicine, BookHouse HD, (15), 1994,

- pp37-48
- 11) 川野哲英：ファンクショナル・テーピン, Book-House HD, 1988
 - 12) 北川延尚：大学サッカー界における分業制についての意識調査, 金沢大学教育学部 平成5年度卒業論文, 1993
 - 13) 小林光幸：筋力トレーニングにおけるキネシオテーピングの効果について, キネシオテーピング第7回臨床研究報告学会; 23-27, 1991
 - 14) 小島正行, 鈴木昭彦, 山本郁栄, 磯部豊蔵, 植野均：Tapingと筋力との関係についての一考察-膝関節-, 日本体育学会第31回大会号, 364, 1980
 - 15) 植野均ら：Tapingと筋パワーとの関係についての一考察-膝関節-, 日本体育学会第31回大会号, 365, 1980
 - 16) 増島篤, 佐々木克則：足関節のテーピング, Monthly book orthopaedics; 35-40, 1992
 - 17) 溝上雅彦：キネシオテープ刺激が下肢の疲労感に及ぼす影響について, 体力科学, 42(6); p627, 1993
 - 18) 長尾準彦, 中島寛之：THE TAPING, ニチバン株式会社, 1992, pp18-24
 - 19) 岡部隆行：足関節における骨棘の研究-サッカー選手の足関節外側不安定性並びに変形性関節症との関連-, 中部日本整形外科災害外科学会雑誌, 33(5); 1682-1687, 1990
 - 20) 大久保衛ら：pp341-350, ウィングススポーツ・メディシンバイブル, 1991
 - 21) R. K. Laughman, et. al.: Three-dimensional kinematics of the taped ankle before and after exercise, Am. J. Sports Med., 8(6); 425-431, 1980
 - 22) 鹿倉二郎, 山本利春：テーピングを考える, トレーニングジャーナル, ブックハウスHD, 1992, pp18-25
 - 23) 鹿倉二郎：日本とアメリカのテーピング, Sports-medicine, BookHouse HD, (15), 1994, pp5-17
 - 24) 下條仁士, 宮永豊：Telos-SEを用いた慢性足関節捻挫の定量的ストレスX線計測とテーピング効果について, 7(11), 臨床スポーツ医学, 文光堂, 1990, pp1322-1323
 - 25) 下條仁士, 宮永豊, 福林徹, 林浩一郎：バスケットボール選手における足関節捻挫の定量的ストレスX線計測とテーピングの効果について, 日本整形外科スポーツ医学会誌, 9(2); 277-281, 1990
 - 26) 菅原誠ら：足関節テーピングの運動能力と歩行機能に与える影響, 整形外科スポーツ医学, 3; pp101-105, 1984
 - 27) 高島寛ら：傷害スポーツの提言, 不昧堂, pp10-21, 1990
 - 28) 梅ヶ枝健一ら：足関節捻挫とテーピング, 27(5); PP663-667, 1984
 - 29) 梅ヶ江健一：足関節捻挫による靱帯損傷に対する保存的療法, Jpn. J. Sports Sci., 7(7); 399-403, 1988
 - 30) 浦辺幸夫：スポーツ医療とテーピング, Sports-medicine, BookHouse HD, (15), 1994, pp18-26
 - 31) 渡会公治：動きをリードするという視点から捉えるキネシオテーピング, Sportsmedicine, Book-House HD, (15), 1994, pp63-67
 - 32) 脇山得行：図説AKのテクニクアプライドキネシオロジーの理論と治療法-, エンタプライズ, 1987
 - 33) 山後恭一：キネシオテープ効果の数値的評価, キネシオテーピング第8回臨床研究報告学会; 17-19, 1992
 - 34) 山本郁栄, 安藤勝英, 諸岡稔, 大和真, 青山一夫：テーピングと筋力に関する一考察(その1), 日本体育学会第26回大会号, 238, 1975
 - 35) 山本郁栄ら：Tapingが運動能力にどのような影響を及ぼすかについての一考察, 日本体育学会第28回大会号, 288, 1977
 - 36) 山本郁栄ら：Tapingが身体機能にどのような影響を及ぼすかについての一考察(膝関節), 日本体育学会第32回大会号, 319, 1981
 - 37) 山本郁栄ら：身体機能からみたテーピングの効果-長期間テーピングをし, スポーツを行った場合-, 日本体育学会第33回大会号, 375, 1982
 - 38) 山本郁栄ら：長期間テーピング状態でのトレーニングによる身体への影響-こと形態・運動能力・身体機能に与える影響について-, 日本体育大学紀要, 14(2); 37-43, 1985
 - 39) 山本郁栄ら：テーピングにおける関節可動域に関する一考察, 日本体育大学紀要, 15(2); 71-77, 1986
 - 40) 山本郁栄：キネシオテーピングが身体機能にどのように影響を及ぼすかについての一考察, キネシオテーピング第7回臨床研究報告学会; 51-57,
 - 41) 山本利春：テーピングを考える, トレーニングジャーナル, ブックハウスHD, 3(18); 1992
 - 42) 吉田仁郎, 菊池臣一ほか：足関節捻挫・靱帯損傷(新

鮮例), Vol. 8, 臨床スポーツ医学 (臨時増刊号),
文光堂, 1991, pp251-257

43) 財スポーツ安全協会編: スポーツ等活動中の傷害
調査, 1995