

柔道練習中における頭部強打後の練習継続・休息判断の 背景についての研究

健康スポーツマネジメントコース

5016A310-1

早川 幸秀

研究指導教員：中村 好男 教授

1. 諸言

近年、柔道練習中の死亡事故が問題になっている。統計によると学校管理下での死亡事故は 1983 年以降 121 件報告されている。そのほとんどが中学・高校の部活動中に発生し、その死因として頭部外傷による急性硬膜下血腫や脳挫傷による死亡事故である。

その対策として 2006 年に全日本柔道連盟から安全指導に関するガイドブックの発行など、積極的な事故防止の啓蒙活動を行っているが死亡事故を防ぐことができていない。

頭部外傷の中には軽度の頭部外傷、すなわち脳震盪後、2 度目の外傷を受けて重篤な状態になるセカンドインパクト症候群が存在する。全日本柔道連盟が発行している安全指導ガイドブックの中では頭部の強打が明らかであれば、打撲後 6 時間くらいは頭の中で出血が続き、その後に症状が出てくる場合もあるので、経過を観察するようにと記載されている。

本研究では生徒に対し頭部強打についての安全対策が伝わっているのかを明らかにする。

2. 目的

頭部強打後に適切な行動がとれているのかを明らかにする。

- ・練習を続けずに休息をとるのか検証を

行う。

- ・頭部強打の事実を指導者へ報告するの
か検証を行う。
- ・脳震盪症状が及ぼす練習の継続、休息
判断への影響の検証を行う。

3. 方法

本研究の対象は埼玉県内の計 11 校の柔道部に所属する中学 1～3 年生の男子 102 名、女子 32 名、計 134 名を対象とした。また 11 校の柔道部指導者 15 名を対象とした。調査は集合調査法により質問紙法を用いて行った。

4. 結果

【頭部強打後の練習継続についての調査】

「練習を続ける」群と「練習を休む」群の頭部強打経験との関連はカイ二乗検定により有意な差が認められた($p < 0.05$)。練習を続ける率は頭部強打経験なしでは 47.9%(34 名)、頭部強打経験ありでは 82.5%(52 名)であった。練習を休む率では頭部強打経験なしで 52.1%(37 名)、頭部強打経験ありで 17.5%(11 名)であった。

【頭部強打の事実の報告についての調査】

生徒が過去 1 年間に頭部を強打した回数
の累計数 238 回に対し、指導者が生徒の頭部を強打した場面を目撃した回数は 10 回と生徒から頭部を強打した事実の報告を受けた回数は 8 回であり、これらの差から指

導者は生徒の頭部強打の事実を 9 割気づいていないことが分かった。

【練習継続と休息の判断練習継続・休息判断に関する脳震盪症状についての調査】

脳震盪症状うち「意識消失」、「吐き気・嘔吐」、「けいれん」といった症状は指導者とほとんどの生徒が練習を休んだほうが良い症状であると判断していた。また、「ふらつき」、「練習メニューが思い出せない」、「ぼやけて見える」といった症状は指導者全員が練習を休ませるが、多くの生徒は練習を続けてしまう場合がある症状であった。その他の「頭痛」、「反応が遅くなる」、「光をまぶしく感じる」、「少しの音でもうるさく感じる」、「眠気」、「疲労・力がでない」、「興奮する・怒りやすくなる・不安になる」、「集中できない」といった症状は生徒のほとんどが練習を続けてしまい、指導者の中でも練習を続けさせてしまう場合がある症状であった。

5. 考察

【頭部強打後の練習継続の意図】

頭部強打経験のあるものが練習を続けてしまう傾向が高いのは、過去に頭部を強打したのち、練習を続けられた経験が頭部強打に対する不安をなくし練習を続けさせてしまう大きな要素となっていると考える。

【指導者への頭部強打の事実の報告】

生徒は指導者に頭部強打の事実を報告しない傾向であった。

本研究の結果、生徒は「意識消失」、「吐き気・嘔吐」、「けいれん」といった症状については 8 割以上の生徒が練習を休んだほうが良いと判断していたが、それ以外の 11 症状については過半数の生徒が誤った判断をしているため、頭部外傷の危険性を認識しておらず結果、指導者への報告がされていな

いのではないかと考える。

【練習の継続・休息判断に関する脳震盪症状】

大半の指導者は脳振盪症状に対して練習を続けさせてはいけないと正しく判断しているが、多くの生徒は練習を続けても構わない症状であると、誤って判断していることが分かった。

このことから生徒に脳振盪症状に対する安全対策の内容が伝わっていないのではないかと考える。

6. 結果

1. 頭部強打経験者は練習を継続することが多い。
2. 頭部強打の事実を指導者へ報告していない。
3. 指導者は脳震盪症状と練習休息の関係を正しく判断できているが生徒は判断できていない。

以上のことから生徒に頭部強打に対する安全対策が伝わっていない可能性が示唆された。

今後、生徒を対象とした講習会や生徒向けのガイドブックの発行など生徒に安全対策が伝わるような工夫が必要である。