

## KOMATSU全日本鉄人レース ケア・サポート報告

平成29年9月24日（日）第36回KOMATSU全日本鉄人レースが開催されました。小松ドームをスタート・ゴールとして木場湯周辺から小松路を抜けるこのコースの特徴は、一般の鉄人レースと異なり、水泳の行程が無いかわりに登山を行うコースがあることです。40kmのバイクの後に標高604mの動山（ゆるぎやま）登山10km、バイク20km、ラン20kmと選手は過酷な挑戦を行います。この鉄人の部門を含め、ロング、ショート、チームリレーの4部門に今大会では565名が参加しました。



公益社団法人石川県柔道整復師会は、日本赤十字奉仕団・サポート接骨石川（SSI）として小松ドーム内にケアブースを設置し、本会会員40名が参加選手のケア・サポートを行いました。

午前5時より行ったレース前のケアでは、障害のある部位にテーピングを施したり、不安を訴える部位に対してパフォーマンスを発揮できるよう指導をしたりしました。レース後のケアでは、筋緊張が強い部位にストレッチを行い、必要とする部位へアイシングを施し、疲弊しきった選手のケアを行いました。過酷なレース故、クオリティの高いケアを求められることから、ケアを行う内容も各会員が選手の状態をしっかりと把握し行います。





選手の方々からは、「レース前に足部へテーピングをしてもらったお陰で足の運びがスムーズ出来た」、「筋痙攣を起こしそうになった張りのある筋肉が弛んで楽になった」など、多くの喜びの声を頂きました。

また、毎年お手伝い頂いている金沢大学トレーナ部（K a t t）の学生の皆さんが17名とその卒業生である理学療法士2名、北信越柔整専門学校から2名の方が参加頂き、準備から運営のお手伝い頂きました。



今回の大会で行ったケア人数は約300名と出場選手の半数を超えており、選手の方々に信頼して頂き頼りになるサポートとして評価を頂いていると証と、ケアをする私たちも身の引き締まる思いです。来年も小松ドームでの出会いを楽しみにしております。

広報員 錦川孝彦

