第 38 回 KOMATSU 全日本鉄人レース 2019
～ 事前研修会＆ケアサポート報告 ～

令和元年 9 月 29 日（日）「第 38 回ＫＯＭＡＴＳＵ全日本鉄人レース」が開催されました。
それに先立ち、令和元年 9 月 14 日（土）には、小松ドーム内研修室において本会会員と KATT（金沢大学トレーナー部）が合同で事前研修会を行い、森田一哉会員による「レース後のケアの際に行う上肢と下肢のストレッチ」の講習があり、日常の施術とレース後の筋・腱等の状態の違いや、対処法、過剰なケアにおける危険性などが実演を交えて講義されるなど、万全の態勢でケア活動に臨みました。

【事前研修会の様子】

【SSI 活動　ケアサポート】

～ ３８回目を迎える歴史ある大会 ～

この大会は石川県小松市こまつドームを発着点とし、バイク・登山・ランを行うレースで、約 900 人のボランティアが運営を支える歴史ある大会です。

昨年は大型台風の影響で、競技内容の変更・レース不参加などがありました。

今年は午前は雨模様、午後から好天とコンディションが変わる中 688 人の選手たちが力一杯過酷なレースに挑戦しました。

～ KATT と共にケア活動 ～

大会当日には、公益社団法人石川県柔道整復師会・日本赤十字奉仕団・サポート接骨石川（SSI）として本会会員 34 名と、毎年お手伝い頂いている金沢大学トレーナー部（KATT）の学生 18 名が参加し、小松ドーム内特設ブースにて選手のケアサポートを行いました。

午前 5 時半から行ったレース前ケアでは、選手が不安に思う部位にテーピングやストレッチを施し改善を促し、パフォーマンスを発揮できるよう指導しました。

午前 10 時頃にはショート部門の選手達が続々とゴールし、ケアサポートブースに訪れました。その後もロング部門、鉄人部門とゴールし、ケアサポートブースにはたくさんの選手が溢れました。

～ 今後も続けて行きたい理由 ～

レース後のケアとしては、筋緊張が強い部位にストレッチを行ったり、必要とする部位にアイシングを施したりと、ケアの内容も各会員が選手の状態をしっかりと見極めて行い、たくさんの選手から嬉しい喜びの声を頂きました。

途中空き時間に、森田一哉先生によるストレッチの勉強会も開かれ、会員のみならず金沢大学の学生達も写真やメモを取るなど真剣に聞き入っていました。

今回の大会で行ったケア人数は約 320 名で、今年も出場選手の半数に達しており、選手の方々から信頼出来るサポートとして高い評価を頂いていると実感できたケアサポートとなりました。

燃えろ鉄人、めざせ完走!!
全日本鉄人レース開催実行委員会

日本赤十字社
support Sekkotsu Ishikawa
SSI
サポート接骨
石川
社団法人 石川県柔道整復師会
スポーツトレーナー
ストレッ