公益財団法人日本陸上競技連盟
陸上競技研究紀要
第９巻, 141-143, 2013
Bulletin of Studies
in Athletics of JAAF
Vol.9,141-143,2013

2011 年インターハイ入賞選手の調査結果

鳥居　俊[1)]　　石井好二郎[2)]　　杉浦克己[3)]　　阿江通良[4)]
１）早稲田大学　　２）同志社大学　　３）立教大学　　４）筑波大学

緒言

科学委員会では、インターハイ大会の入賞選手を対象にアンケート調査を実施してきた。この調査の意義は高校生のトップ選手たちがどのような生活習慣やトレーニング、傷病既往であるかを知ることができる点である。また、競技レベルが時代とともに向上するにつれて、トレーニングプランや傷病既往も変化すると考えられる。その意味では、このような調査を継続し、時代変化を観察することが重要である。

本稿では、2011 年度に開催されたインターハイ大会での入賞選手に対する調査結果を報告する。

対象と方法

2011 年度のインターハイ大会において入賞した各種目の選手に回答を依頼し、提出のあった 105 名の結果を分析した。対象の性別、学年、種目を表１に示す。なお、3 名で種目の回答がなかったため、種目別の分析では 102 名が対象となる。

表１　回答者の性別と種目

種 目	男 子	女 子
短距離	15	18
中長距離	13	6
障　害	4	5
跳　躍	10	3
投　擲	10	9
混　成	2	5
競　歩	2	0
合 計	56	46

結果

学年別の人数を表 2 に示す。男女とも 3 年生が最も多いが、女子では１，２年生の割合が男子より高い（図 1)。

競技年数は男女とも 6 年が最も多く、最長で 10 年であった（図 2)。性別、種目別の身長、体重を表３に示す。身長は男子では混成、投擲で高く、女

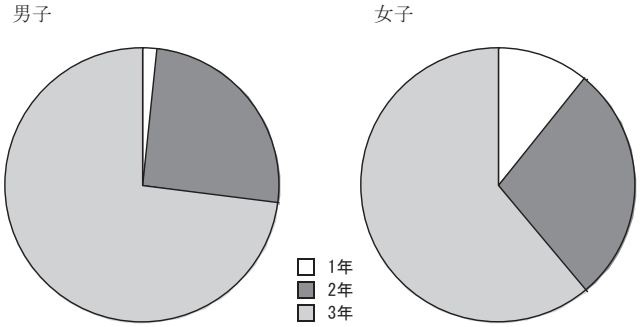

図１　性別・学年別の割合

表２　回答者の学年

学 年	男子	女子
１年生	1	5
２年生	15	13
３年生	43	28
合 計	59	46

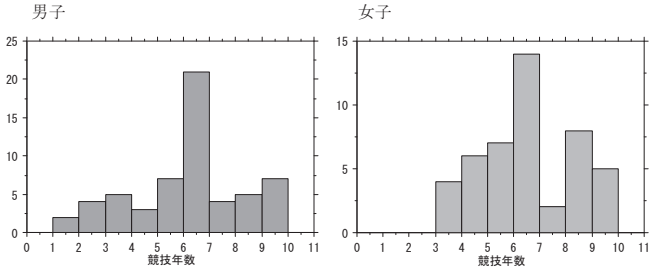

図２　競技年数の分布

表３　種目別の選手の体格

	男 子		女 子	
種　目	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
短距離	173.7±5.4	62.5±4.7	159.4±4.4	49.6±3.7
中長距離	170.9±3.8	53.3±4.2	160.0±2.4	43.5±1.7
障　害	173.7±3.0	60.5±5.4	163.4±4.0	50.6±3.4
跳　躍	175.4±4.6	64.2±3.3	169.0±2.0	53.0±1.0
投　擲	178.3±4.0	88.5±10.2	165.2±5.6	70.3±12.8
混　成	178.5±3.5	67.0±8.5	162.0±3.5	55.6±6.9
競　歩	167.5±5.0	54.0±2.8	－	－
全　体	174.1±5.1	64.6±12.9	162.0±5.0	53.8±10.8

子では跳躍、投擲で高い。

以下、傷病既往についての回答を分析した結果を示す。貧血の既往は図３のように、男子で 13.6%、女子で 19.6% と女子でやや高いものの有意差はなかった。オーバートレーニングの既往は男子で 14%、女子で 15% となり、差がなかった。

筋損傷（肉離れ）は男子で 44.8%、女子で 39.1% に、腱損傷は男子で 24.6%、女子で 22.2% に、疲労骨折は男子で 24.6%、女子で 23.9% に既往があった。これらにはいずれも男女差がなかった。疲労骨折既往について種目別にみると、短距離で９名、投擲で６名、障害で４名、中長距離と跳躍で各々３名であり、今年度は短距離と投擲で多く見られた。

女子選手における無月経は約 25% に既往が見られた。内訳を見ると、短距離、中長距離とも 1/3 に既往があった。

考察

2011 年度の調査結果における高校生陸上競技のトップレベルの選手の体格を見ると、短距離、中長距離では日本人の平均値[1]とさほど変わらない身長である。もちろん、身長と記録との相関はないと考えられるが、海外の選手と戦っていく中で、体格差を越える技術の獲得が必要となる。

傷病既往については、以前に４大会をまとめた結果を報告した[2]が、大会ごとに参加者がある程度異なるため、異なった結果が見られる場合がある。今回では疲労骨折が中長距離以外の種目でも多く見られた点、無月経も短距離で 1/3 に見られた点である。これらの結果から、疲労骨折も無月経も中長距離以外では少ないという固定観念を持たず、選手が痛みを訴えた場合に疲労骨折も念頭におくこと、女子選手ではコンディション評価として月経状態を考慮することが示唆される。

調査の分析の際に常に念頭におくべきことは、この大会に傷病のために参加できなかった、あるいは入賞できなかった選手が存在することであり、傷病の実態がこの調査で全て把握できたわけでない。し

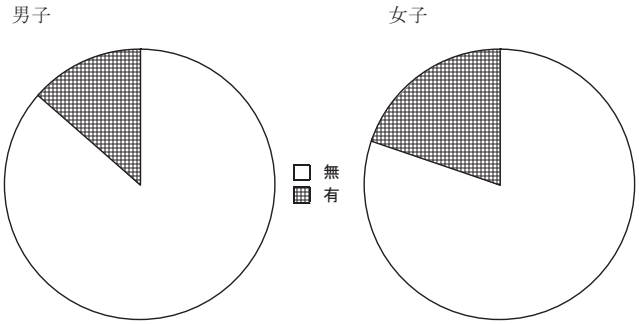

図３　貧血既往の有無

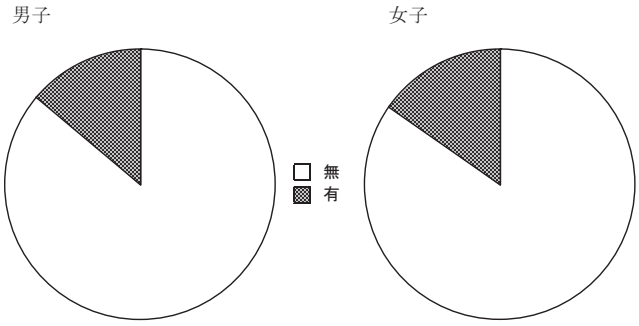

図４　オーバートレーニングの既往の有無

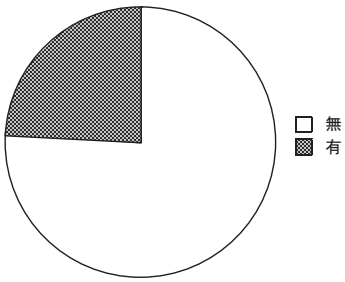

図５　無月経の既往

かし、継続して調査を行い、結果を集積することで実態に迫ることができると考えている。

また、今後大学生の選手を対象にした同様の調査や、中学生に対する調査も企画されており、幅広い年代の陸上競技選手の健康管理に資することが期待される。

最後に、調査に協力してくださったインターハイ入賞選手に感謝する。

参考文献

1) 文部科学省：学校保健統計調査報告．http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001038310&cycode=0, 2012.

2) 鳥居俊、阿江通良、石井好二郎、杉浦克己：インターハイ入賞選手に対するスポーツ障害に関する質問紙調査．陸上競技研究紀要６:148-152, 2010.