



令和 7 年 12 月 15 日

報道機関 各位

～高校球児のケガ防止とパフォーマンス向上のための取り組み～
12/20（土）野球肩・肘のメディカルチェックと投球フォームの講習会

◆本件のポイント

- ・高校野球の投手を対象とした野球肩・肘予防のための講習会を島根県で初めて開催
- ・野球肩・肘のメディカルチェックとパーソナルトレーナーによる投球指導を実施
- ・当院スポーツメディカルセンターが全面協力

◆本件の概要

投球動作の繰り返しや投球フォームの不良などによって起こる「野球肩」「野球肘」が高校野球の現場でも長年問題になっています。そこで、正しい投球フォームやトレーニング方法を選手や指導者に周知し、ケガの予防につなげてもらおうと、高校野球の投手を対象とした講演会が実施されることになりました。こういった取り組みは他県ではこれまでも行われていましたが、島根県では初めてです。

また、選手へのメディカルチェックを当院スポーツメディカルセンターが中心となって行います。門脇俊センター長（専門医）・理学療法士らが、エコー検診、可動域測定、検査に基づいたコンディショニング指導を行います。

◆実施概要

- ・開催日時：令和 7 年 12 月 20 日（土）10：00～15：20
- ・場所：出雲健康公園（出雲ドーム・健康センター） 島根県出雲市矢野町 999
- ・スケジュール：
 - 10：00～10：40 開講式・講義（健康センターにて）
 - 11：00～12：20 エコー検診・コンディショニング指導・可動域測定（出雲ドームにて）
 - 13：10～15：20 パーソナルトレーナーによる投球指導（出雲ドームにて）
- ・主催：島根県高等学校野球連盟
- ・協力：島根大学医学部附属病院 スポーツメディカルセンター
島根県理学療法士会・一般社団法人アスリートケア

◆本件の連絡先 ※[at]は@に置き換えてください

島根大学医学部 総務課企画調査係（担当：勝部）

Tel：0853-20-2531 Mail：mga-koho[at]office.shimane-u.ac.jp

【添付資料： ☒あり（ 1 枚） ☐なし 】