

高校生・大学生ラグビー選手におけるスパイクの適合性と足部の障害

江川陽介¹⁾、鳥居俊¹⁾、川合雄太²⁾

¹⁾早稲田大学スポーツ科学学術院

²⁾エスエス製薬株式会社

キーワード: 足部、スパイクシューズ、ラグビー

抄 録

スパイクは足を保護するだけでなく、より高いパフォーマンスを発揮するために重要な役割を果たす。しかし各自の足部形態に適合しないスパイクを履いてトレーニングを行うことにより、足部や下腿の障害が発生する可能性は高い。本研究では質問紙調査、足部形態計測、問診を行い、一般的な高校生および大学生のラグビー選手の現状を把握し、スパイクに対する愁訴、足部形態、スパイクの適合性と足部周囲の障害との関連性を調査・検討した。対象は高校生 38 名、大学生 72 名の合計 110 名のラグビー部所属の選手とした。

質問紙調査より、選手の半数以上が知識不足から適切なスパイクを選択できずにいる実態が浮かびあがった。またスパイクと実測足長の差が大きく、かつ足幅／足長比の大きい選手で足部周囲の障害の発生率が高かった。足部形態に適合しないスパイクを使用すると、使用中にスパイクの中で過度のすべり現象が起きている可能性が大きく、障害の発生に大きな影響を与えることが考えられる。適切なスパイクの選択を行うためには指導者はもちろん選手自身がスパイクに対する認識を深めることが重要である。

スポーツ科学研究, 3, 61-68, 2006 年, 受付日: 2006 年 5 月 26 日, 受理日: 2006 年 7 月 4 日

連絡先: 江川陽介 〒359-1192 埼玉県所沢市三ヶ島 2-579-15 早稲田大学スポーツ科学学術院

yousuke@aoni.waseda.jp