



ハンドボール女子ユース日本代表の チームドクターとしてバンコクへ

“Road to 2020” 2013年9月8日、2020年の夏季オリンピックの開催地が東京に決定したとき、僕はハンドボール女子ユース日本代表(18歳以下)のチームドクターとして帯同し、タイ・バンコクで開催された第5回アジア女子ユース選手権に参加していました。

ハンドボールという競技は、あまり皆さんにはなじみの少ない種目かもしれません。ハンドボールは“走る、飛ぶ、投げる、激しくぶつかる”といったまさに全身を使うなかなかハードなスポーツです。(写真1)数年前



写真1 / けがの手当て中

くらいから“宮崎大輔選手”がちょっと有名になり、テレビでも見かけるようになりました。僕自身は高校生以来ずっとハンドボールに関わり、サッカーであればJリーグ

にあたる、“日本ハンドボールリーグ”の審判員としても活動しています。医師ということもあり、ハンドボールを医科学的にサポートする仕事(医事委員会)に加わり、今回はチームドクターという形で日本代表をサポートする機会を頂戴しました。

“チームドクター”の第一の仕事は、最高のプレーができるように、選手の体調管理を行うことです。もちろんケガへの対応も含まれています。18歳以下の女子高校生が今回のメンバーでしたので、高温多湿なバンコクの気候、香辛料の強い食生活、初体験となる2週間の海外生活のために胃腸症状をはじめとする体調不良を訴える選手がたくさんいました。下痢が始まれば脱水になり、脱水になれば体の疲労から十分なパフォーマンスを出せなくなる可能性があります。そのため今回の遠征では“尿検査”を活用して(写真2)、体内の水分量を毎日二回チェックし、症状への早期対応、水分摂取

をたくさん行うように指導し、場合によっては経口補水液(OS-1)なども使用しました。食事バランスも維持するために、野菜ジュースやヨーグルトなども積極的に摂取するようにしました。

幸い、大きく体調を崩す選手はおらず、全員が最後まで全力で走りきることができた結果、日本代表は5勝1敗で準優勝(優勝は韓国代表)となり、来年マケドニアで開催される世界女子ユース選手権への出場権を勝ち取ることができました。

現在17歳の選手たち、7年後は24歳となります。ハンドボール女子の世界では25歳前後が選手としてのピークといわれ、まさに彼女たちは東京オリンピック世代となっており、国内から高い期待が寄せられています。そんな選手たちにこれからもかかわっていくことができることを誇りに思いつつ、2020年の舞台でどうすれば彼女たちが最高のパフォーマンスを出せるのか、これが僕に課せられた“Road to 2020”だと考えています。

たとえ病気をもっていたとしても運動できる環境を整えて、いつかオリンピック選手を育てたいと小児科医を志した僕です。もし皆さんもスポーツに関係した疑問などありましたら、遠慮なくご相談ください。

最後に、2週間病院を不在にしたことをご理解いただき、ありがとうございました。(小児科 貝沼 圭吾)



写真2 / 検査中



写真3 / みんな元気でがんばりました

医療福祉相談室
だより

医療福祉相談室には小さな
図書コーナーがあります。

今月の
イチオシ

「ペコロスの母に
あいに行く」

岡野雄一 著 / 西日本新聞社

ペコロス(著者)の母みつえさんは、認知症と脳梗塞の後遺症でグループホームに暮らしている。長崎に出てきて、酒癖の悪い夫の世話をしながら、原爆の二人の男の子を育ててきた。そんな日常をユーモア交え描かれている。かわいく老いる・・・それは理想的だが、日々の介護の大変さがあるからこそ、優しいひと時なのだろう。しかし読後、切ないのはなぜだろう。(ソーシャルワーカー 高村 純子)