

## 平成 26 年度少年野球（軟式・硬式）実態調査 調査報告

一般財団法人 全日本野球協会  
公益社団法人 日本整形外科学会  
一般財団法人 運動器の 10 年・日本協会

### ==== 調査の概要 =====

#### 1. 調査の目的

全日本軟式野球連盟および日本野球連盟傘下の硬式各団体では、公式試合において投球回数制限を設けるなど、子供たちのけがの予防に抜本的な対策を推進しています。

運動過多が懸念される小中学生のうち、今回小学生を対象に、指導者がどのような指導をしているか、また選手たちの身体の痛みの発生がどの程度起きているかについて、今後の障害予防対策の基礎資料として活用できるよう、実態調査を行いました。

この調査・研究には日本整形外科学会及び運動器の 10 年・日本協会所属のスポーツ整形外科専門医が参画し、得られた調査結果を様々な角度から分析、今後の障害予防対策の指針を提言します。

スポーツ整形外科関係で、これまで子供たちの障害の実態を全国調査した事例はなく、今回の抜本的な調査により、今後はスポーツ医学の立場から野球界の健全な発展のため、有益なサポートができるものと確信しております。

実態調査は記名式で行い、同じチームに 2 年間継続して実施します。

#### 2. 調査期間

平成 26 年 7 月～平成 27 年 1 月

#### 3. 調査方法

各団体の都道府県支部、または地域支部から来年度も協力が得られるチームに配布。記入後も同様に都道府県支部または地域支部が取りまとめ全国連盟に提出した。

#### 4. 調査の対象者

全日本野球協会傘下の以下の各団体に所属する小学生チームの指導者と、該当チームの部員全員

協力団体	種別	チーム数	選手数
公益財団法人 全日本軟式野球連盟（学童）	軟式	12,663	253,260※
公益財団法人 日本リトルリーグ野球協会	硬式	725	18,000※
公益財団法人 日本少年野球連盟	硬式	141	2,113
公益社団法人 日本ポニーベースボール協会	硬式	5	57
一般社団法人 全日本少年硬式連盟	硬式	19	195
フレッシュリーグ九州硬式少年野球連盟	硬式	20	333
合計		13,573	273,958

※公益財団法人 全日本軟式野球連盟（学童）の選手数は 1 チーム 20 人、公益財団法人 日本リトルリーグ野球協会の選手数は 1 チーム 25 人と仮定し、調査の対象者数とした。

## ■全体の考察

選手のアンケート回収総数が 10,228 人のうち、これまでに痛みを感じたことがあると回答した選手数は、実に 5,880 人 (57.5%) に上った。

さらに痛みがあつて通院、治療を受けている選手は、648 人 (11.0%) に過ぎず、整形外科での通院はわずかに 285 人 (4.8%) だった。

一方、指導者の回答では、アップとクーリングダウンは概ね実施されている。8 割以上がクーリングダウンを実際に指導しているのも近年の関心の高まりと思われる。

投手の投球基準で学年ごとに区分して設けている例もあり、基準が必要だとの認識が生まれてきているが、3 割強は何も指示していないのは、今後改善が望まれる。

今回の調査で「捕手」も「投手」に次いで肩肘痛が多く、「投手と捕手」の兼任は避けるべきである。「1 週間の全力投球数」は「100 球以上」と「100 球未満」を境にして差がある傾向が出ている。投球制限について真剣に考える必要がある。1 週間の練習では、野手は週 2 日間は休むべきである。オフシーズンについて設けることの重要性が示唆された。投手とともに捕手に痛みの経験が多いことを考えると、投手と同様に捕手の送球（投球）数制限をしっかりと決めておく必要があるように思われる。野手の打撃投手の投球数はチームの所属人員も関係するが、50 球以上がやや多いように思われる。

選手全体の 6 割ほどが何らかの痛みを持っており、その治療や投球を休ませるなどの適切な処置率が低いのが、15 日以上休まなければならない中等度もしくは重度の故障者の遠因に繋がっているのではと懸念される。

指導者の記述では、選手の変化を見分けるのが難しいことや、正しい予防方法、投球数などの適切なガイドラインを求める声があつた。

次年度の調査により前向き調査の結果が出て、今年度のデータよりもより説得力のある提言が期待できる。