

## 167. 各種スポーツ競技選手の体幹筋力特性

○白木 仁, 磯田智也, 佃 文子, 宮永 豊,  
福林 徹, 下條仁士, 高橋英幸, 板井悠二  
(筑波大学),  
大森健一(ヤンマーディーゼル(株)),

**目的** スポーツ競技の中には、左右非対称的動作が主体となるものがあり、特にゴルフ、野球等では一方向の体幹の回旋を何度も反復し、その種目動作を修得する。そのために偏側性の腰痛を持つものも少なくない。しかし、これらの種目の選手の体幹筋力特性を明らかにし、かつ腰痛との関連を検討した研究は少ない。本研究では、各種スポーツ競技選手の体幹の屈曲、伸展、左右回旋の等速性筋力を測定し、偏側性に体幹を回旋する競技選手の体幹筋力特性を明らかにして、体幹筋力と腰痛との関連を検討する上での基礎的資料を得ることを目的とした。

**方法** 被験者は、ゴルフ(9人)、アメリカンフットボール(31人)、バレーボール(19人)の男子選手を用いた。体幹屈伸筋力は、BIODEXを使用し、体幹回旋筋力は、川崎重工業社製MYORETを使用して、体幹の等速性筋力(60, 90, 120deg/sec)を測定した。得られた測定値を、競技間及び、被験者の中の腰痛経験者と非経験者間とで比較検討した。

**結果および考察** 体幹回旋筋力の左右差において、ゴルフアーが、他の競技選手よりも大きく、左回旋が右回旋よりも高値を示したことは、体幹を左の回旋時に強かつ速く動かすといったゴルフの競技特性に起因していると考えられる(図1参照)。また、腰痛経験者は、非経験者に比べ体幹の伸展力が小さく、体幹の屈伸比が大きいということと、両群間において、体幹回旋筋力では、明かな差がなかったことより腰痛は、体幹の伸展力に影響を及ぼしていると考えて良いと思われる。

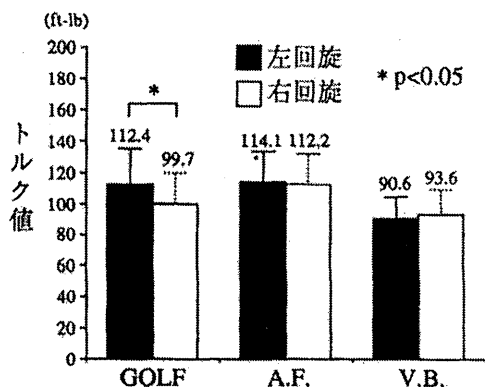


図1 各競技の体幹回旋筋力(60deg/sec)

腰痛 体幹回旋筋力 体幹屈伸筋力