

## けがの話

5年ほど前のことになりますが、札幌支部の秋季大会、私が運営を担当していた会場で事故がありました。女子団体戦の試合中に、選手が転倒して動けなくなったのです。すぐに試合を止めて駆け寄ったのですが、転び方や痛がる様子から、けがの状況はかなり悪いものと思われました。勝てば別会場で行われる準々決勝に進めるという大切な試合でもありましたから、エースでありキャプテンでもあった彼女は、泣きながら「大丈夫です。けいれんですから」と言ってプレーの続行を希望したのです。しかし痛み<sup>ゆが</sup>に顔を歪ませる様子はどう見ても「大丈夫」ではなかったし、とてもプレーを続けられるとは思えませんでした。顧問の先生<sup>ゆが</sup>の了解をもらってリタイア（途中棄権）を決め、すぐに病院に連れて行ったのですが、診断の結果は「肉離れ」、全治に数ヶ月を要する大けがでした。

「大丈夫です。けいれんですから」という彼女の言葉は、当時のルールに基づいています。つまり、以前はけいれんして足が攀<sup>つ</sup>っても、それは単なる疲労と同じだと判断され、試合を中断して治療することが許されなかったのです。しかし2年前のルール改正で、けいれんも捻挫<sup>ねんざ</sup>や肉離れと同じように「けが」として扱われることになりました。

さて、試合中に転んで足を傷めました。それが初めてのことであれば、けいれんなのか捻挫<sup>ねんざ</sup>なのか、それとも肉離れなのか、自分で判断するのは難しいかもしれません。また、軽い肉離れを起こしているのに、たいしたことはないと判断してプレーを続行するのはあまりにも危険です。こんな時は、とりあえずプレーを中断し、チェアアンパイア（主審）に自分がけがをしたことを申し出てください。チェアアンパイアがそのことを近くにいる先生（どなたでも結構です）に伝えると、大会役員の先生がすぐに駆けつけてくれます。そのままプレーを続けても差し支えないのか、試合を中断して治療しなければならないのか、それともプレーを続行するのは無理なのかをそこで判断します。治療が必要と判断されたときは、テーピングなりマッサージなり、その場でできる手当を3分間だけ行うことができます。担当の先生が「治療を始めて下さい」と言って時間を計り始めますので、時間内に終了して下さい。空知支部では、この手当を先生やチームメイトに手伝ってもらうことも認めています。ただしその際、治療のために必要な最低限の会話以外は許されません。「次のゲーム、絶対取れよ」なんていうのもNG。特に、プレーに関わる会話は「コーチング」と判断され、厳しいペナルティの対象となりますので注意して下さい。

また、担当の先生が「続行不能」と判断したときは、本人がどんなにプレーを希望しても、試合はそこで終了。リタイア（途中棄権）となります。

けがだけではなく、特に夏場は熱射病や熱中症が心配です。単なる疲れとは異なる体の変調があるときは必ず審判員に申し出てください。空知支部では、過換気症候群（過呼吸）や、その他の持病（既往症）の悪化も、これに含めて扱うことにしています。