

◆ 大阪電気通信大学 医療福祉工学部理学療法学科 教授

小柳 磨毅 (こやなぎ まき)

○学歴

- 1984年 3月 国立療養所近畿中央病院附属リハビリテーション学院理学療法学科 卒業
- 1986年 3月 関西大学社会学部社会学科 (Ⅱ部) 卒業
- 1996年 3月 大阪教育大学大学院教育学研究科修士課程健康科学専攻 修了 修士 (学術)
- 2008年 6月 博士 (医学) 大阪大学

○職歴 (抜粋)

- 1984年 4月 大阪大学医学部附属病院理学療法部 理学療法士
- 1989年 4月 財団法人 日本体育協会スポーツ診療所 理学療法士
- 1994年 4月 大阪府立看護大学医療技術短期大学部理学療法学科 助手
- 2001年 4月 四條畷学園短期大学リハビリテーション学科理学療法専攻 教授
- 2006年 4月 大阪電気通信大学医療福祉工学部理学療法学科 教授
現在に至る

○賞罰

- 1995年 12月 読売新聞社 第45回 日本スポーツ賞 受賞 (団体)

○学会および社会における活動

- 1997年 1月～ 財団法人日本高等学校野球連盟 医科学委員
- 2005年 4月～ スポーツ傷害フォーラム 世話人
- 2009年 3月～ アスリートケア代表

○実務経験

- 1988年 6月 ユニバーシアード夏季大会 (ザグレブ) 日本選手団 理学療法士
- 1990年 9月 アジア競技大会 (北京) 日本選手団 理学療法士
- 1992年 4月 冬季オリンピック (アルベールビル) 日本選手団 理学療法士
- 1994年 1 2月 高校野球 AAA 選手権 (リズモア) 日本選手団 理学療法士

○ 資格

理学療法士（1984年～）

日本体育協会公認アスレチックトレーナー（2003年～）

○ 講演題目： スポーツとコンディショニング

- 講演概要： スポーツ活動における怪我の予防にはスポーツ種目に応じたウォーミングアップとクーリングダウンが重要です。ウォーミングアップは体温を上昇させ、関節や筋などの柔軟性や力の発揮を準備します。クーリングダウンでは段階的に負荷を減少させ、アイシングやストレッチングにより、炎症を沈静化し、疲労した部位の柔軟性を回復させます。休養はコンディションの維持に重要であり、軽負荷の有酸素運動による積極的休養は、疲労の回復に効果的です。

熱中症の予防には熱放散の促進とともに、失われた水分とミネラルの補給が不可欠です。適切な水分補給はパフォーマンスの維持にも重要です。

スポーツ現場での外傷に対する救急処置は、安静（rest）、寒冷（icing）、圧迫（compression）、挙上（elevation）の頭文字をとってRICE処置と言われています。適切な処置は、外傷後の機能回復を促進し、速やかなスポーツへの復帰を可能にします。