



バスケット部高2生  
×  
理学療法士

STORY\_1

もう一度コートに立つ日がくる。

荒川 忍

山形大学医学部附属病院 理学療法士

東北文化学園大学 リハビリテーション学科理学療法専攻2006年卒(青森県立八戸北高等学校出身)

リハビリのプロフェッショナルである荒川忍。11年前から、ケガや病気で動けなくなった人を、リハビリでもとの状態に戻れるように取り組んでいる。バスケの練習中にジャンプして片足をついたとき、ひざをひねって靭帯(じんたい)を切ってしまった高2の圭介君(仮名)がいた。彼は不安そうに荒川に聞いた。「またバスケができるようになりますか?」「高校最後の試合までに治りますか?」。小学生のときからずっとバスケを続け、レギュラーだという。荒川は車いすにのった圭介君の横にしゃがみ、目線の高さを合わせて向き合い、ひとつずつ不安を取り除いていく。高3の夏に行われる最終戦に出るには、高3の春までに治しておかなければ、練習に間に合わない。目安として、術後3~4カ月でジョギング、半年後にランニング、10カ月後にバスケット部の練習に復帰できるように、リハビリのトレーニングメニューを組んだ。手術の1カ月後に退院した圭介君は、週1回病院に通い自主トレを行うようになった。このとき特に気をつけなければならないのが、トレーニングのやり過ぎだ。「やりすぎてしまうんです。たくさんトレーニングすれば治りも早いと思って。でも、早い時期に力をかけすぎると、また靭帯が切れてしまうこともあります。荒川がトレーニングに待たせかけることもある。早くコートに戻りたくてアせる気持ちも、痛いほどわかる。だからこそ、コート復帰まで慎重にトレーニングを進めたい。荒川は、ひざをゆっくりと曲げたり伸ばしたり関節運動をサポートしながら、好きなアーティストのことや学校のことを聞いて、気分をやらげらる。リラックスすれば身体がやわらかくなり、ひざの動きもスムーズになるからだ。アドバイスも忘れない。「早くボールを持ちたいのはわかるけど、準備運動を忘れないように。練習後のストレッチもしっかりとね」。筋力強化の練習では、「伸ばして、けて、がんばって、もっともっと」と応援する。圭介君の隣には、いつも荒川の姿があった。そうして迎えた、高3の夏。「試合に出られました。ちゃんと足を踏んばれました」。最終戦を報告するキラキラした表情に、リハビリの結果が表れていた。



歩行訓練やエアロバイクなどもマンツーマンで



関節運動もリラックスした会話をはさみながら