

野球肘から子どもを守れ ①

超音波（エコー）機器のモニターを見つめる中学生の顔に緊張が走る。「肘の軟骨がボロボロしているのが見えますか。通える病院でエックス線やMRI（磁気共鳴画像装置）で撮って、しっかりと診断してもらいたいのですね」。北大病院整形外科の船越忠直医師（44）が穏やかな口調で伝え

た。1台4千万円の超音波機器を4台使い、整形外科医ら4人が肘の骨と軟骨に異常がないか注意深く検査した。機器が小型化され性能も上がったことで「野球肘の出張検診」が可能になったという。

初の検診実施

大型連休初日の4月29日、札幌市北区の麻生球場にある選手控え室には多くの中学1年生が詰めかけていた。日本リトルシニア中学硬式野球協会道連盟は大会開会式の後、各チームの1年生を対象にした野球肘検診を初めて実施した。伊藤儀隆理事長（64）は「中学

中学1年生を対象に開かれた野球肘検診—札幌市麻生球場



小中生にも故障予備軍

い。全日本野球協会と日本整形外科学会などが全国の小学生と中学1年生の計1万2288人に行ったアンケート結果が昨年4月に公表された。野球をしている子どものうち、肩や肘の痛みを経験したのは野手で1489人（野手の26%）にとどまる一方、投手で1030人（投手の49%）、投手兼捕手で855人（投手兼捕手の56%）に上った。

初の全国調査で、野球による故障と故障予備軍が小学生にまで広がっていることが分かった。特に、ボールを多く投げるポジションに顕著だ。

船越医師によると、小中学生が野球障害で手術するのは、ほとんどが肘のOCCDという。「重篤になると

野球肘から子どもを守れ ②

手術が必要で」。整形外科医の言葉が胸に突き刺さり、その場で大粒の涙がほおを伝った。札幌真駒内リトルシニア投手の中学3年坂本拓海さん（15）は昨年春、市内の病院で骨や軟骨が欠けたりはがれたりする肘の「離断性骨軟骨炎（OCCD）」と診断された。

11、12歳ピーク

米大リーグレンジャーズのダルビッシュ有投手（29）が昨年3月に右肘靭帯の修復手術をしたように、プロの世界で野球肘は頻繁に話題に上る。しかし、成長期特有の肘のOCCDを詳しく知る野球関係者はそれほど多くない。

野球肘予防のストレッチ運動をするニュースターズの子どもたち



早期発見が回復の鍵

ではなく、痛くなくても定期的な肘検診をする。その意識を広められれば」と狙いを話す。野球肘に不慣れた病院でエックス線検査をしても、OCCDを見つけれないことがある。野球肘に詳しい病院や医師を紹介する仕組みづくりも課題だ。

投球回数制限

野球肘など小中学生の故障を防ごうと、多くの野球団体が投手の投球回数制限を始めている。全日本軟式野球連盟は14年度から小学生の投球回数を1日7回までに制限。全国の中学硬式リーグが加盟する日本中学硬式野球協会は、15年度から投手の投球回数を1日7回、2日で10回以内な

発信

日常生活にも支障を来す。重いものを持つ仕事ができないなど、将来は職業選択の幅が狭められることがある」と警告する。

「沈黙の障害」

OCCDは「沈黙の障害」と呼ばれ、初期段階はあまり痛みが出ないことが多い。早期に発見すれば一定期間ボールを投げないことで治る可能性が高いが、痛みが出るほど進行すると手術を余儀なくされることもある。手術は膝などの軟骨を肘に移植するもので、全治には3〜6カ月かかる。（運動部の佐藤大吾が担当し2回連載します）

発信

子どもたちが故障で野球を諦めることなく、長く続けられるための取り組みが始まっている。