

令和2年度 横浜市スポーツ医科学センター収支決算書

収入決算額	A	902,634,820円
支出決算額	B	845,133,484円
当期繰越額	C(A-B)	57,501,336円
前期繰越額	D	20,871,571円
次期繰越額	E(C+D)	78,372,907円

収入	(消費税込み)			
科 目	予 算 額	決 算 額	差 額	備 考
事業収入	815,336,000	674,040,163	△ 141,295,837	
指定管理事業収入	688,121,000	608,622,995	△ 79,498,005	
指定管理料収入	312,992,000	322,674,838	9,682,838	
施設運営収入	375,129,000	285,948,157	△ 89,180,843	
スポーツプログラムサービス収入	17,784,000	7,787,800	△ 9,996,200	
スポーツ外来・リハビリ収入	309,385,000	207,454,157	△ 101,930,843	
施設貸出収入	47,740,000	69,809,700	22,069,700	
指導者養成講座・研究収入	220,000	896,500	676,500	
自主事業収入	127,215,000	65,417,168	△ 61,797,832	
自主事業収入	127,215,000	65,417,168	△ 61,797,832	
アスリート収入	12,650,000	7,930,502	△ 4,719,498	
スキルチェック収入	0	0	0	
フォロー事業収入	107,580,000	54,480,142	△ 53,099,858	
その他自主事業収入	6,985,000	3,006,524	△ 3,978,476	
雑収入	110,000	6,256,547	6,146,547	
雑収入	110,000	158,810	48,810	
雑収入	110,000	158,810	48,810	
医療機関向け緊急包括支援交付金	0	1,000,000	1,000,000	
雇用調整助成金	0	5,097,737	5,097,737	
横浜市による運営支援	0	222,338,110	222,338,110	
令和元年度横浜市運営支援	0	35,260,000	35,260,000	
令和2年度休館期間等	0	63,894,000	63,894,000	
令和2年度利用再開後の期間等	0	123,184,110	123,184,110	
収入合計(A)	815,446,000	902,634,820	87,188,820	

支出	科 目	予 算 額	決 算 額	差 額	備 考
指定管理事業費		685,198,000	647,609,550	△ 37,588,450	
人件費		417,576,200	365,589,161	△ 51,987,039	
管理費		267,621,800	282,020,389	14,398,589	
自主事業費		111,066,000	155,770,911	44,704,911	
人件費		35,900,000	51,116,650	15,216,650	
管理費		75,166,000	104,654,261	29,488,261	
間接経費		6,799,000	6,993,000	194,000	
消費税・事業所税・法人税等		12,383,000	34,760,023	22,377,023	
支出合計(B)		815,446,000	845,133,484	29,687,484	

繰越金	科 目	繰越金繰入金	特別会計繰出金	差 額	備 考
前期繰越金	(D)	20,871,571	0	20,871,571	2020年度繰越金
当期繰越金	(A) - (B) = (C)	57,501,336	0	57,501,336	
繰越金合計(E)		78,372,907	0	78,372,907	2021年度繰越金

令和2年度 スポーツ医科学センター利用実績

		令和2年度					令和2年度	年間	令和1年度	対前年度比
		予算	第1四半期	第2四半期	第3四半期	第4四半期	実績(計)	目標達成率	実績(決算)	
			4月～6月	7月～9月	10月～12月	1月～3月				
指定管理事業計	利用総数(人)	212,715	7,552	19,826	24,591	21,565	73,534	34.6%	404,421	18.2%
	内収入に係る人数(人)	(78,482)	(7,552)	(15,682)	(18,799)	(18,889)	(60,922)	(77.6%)	(137,556)	(44.3%)
	収入(千円)	375,129	30,028	67,320	77,198	111,402	285,948	76.2%	339,366	84.3%
スポーツプログラムサービス	人数(人)	2,176	14	253	337	280	884	40.6%	1,630	54.2%
	収入(千円)	17,784	96	1,823	3,663	2,206	7,788	43.8%	14,041	55.5%
一般	人数(人)	878	12	121	98	119	350	39.9%	712	49.2%
	収入(千円)									
高齢者・障害者	人数(人)	481	2	70	131	88	291	60.5%	365	79.7%
	収入(千円)									
ジュニア	人数(人)	532	0	62	95	71	228	42.9%	311	73.3%
	収入(千円)									
その他	人数(人)	285	0	0	13	2	15	—	242	6.2%
	収入(千円)	—	—	—	—	—	—	—	—	—
スポーツ外来・リハビリ	人数(人)	76,306	7,490	15,251	18,074	18,166	58,981	77.3%	88,085	67.0%
	収入(千円)	309,385	29,932	54,597	62,057	60,868	207,454	67.1%	293,082	70.8%
外来	人数(人)	21,205	3,017	5,372	6,038	5,726	20,153	95.0%	25,202	80.0%
	内科	—	576	671	974	726	2,947	—	3,472	84.9%
	整形外科	—	2,441	4,701	5,064	5,000	17,206	—	21,730	79.2%
	収入(千円)	287,200	29,682	52,123	59,054	57,908	198,767	69.2%	273,067	72.8%
内科系運動療法	人数(人)									
	収入(千円)									
リハビリテーション	人数(人)	40,000	4,309	8,262	10,073	10,506	33,150	82.9%	49,780	66.6%
	収入(千円)									
MEC	人数(人)	15,101	164	1,617	1,963	1,934	5,678	37.6%	13,103	43.3%
	収入(千円)	22,185	250	2,474	3,003	2,960	8,687	39.2%	20,015	43.4%
施設貸出	人数(人)	133,057	48	4,322	6,180	3,119	13,669		140,445	9.7%
	収入(千円)	47,740	0	10,900	11,478	48,328	70,706	148.1%	32,145	220.0%
アリーナ	人数(人)		(0)	(3,104)	(3,070)	(2,113)	(8,287)		(38,114)	(21.7%)
	収入(千円)	11,000	0	4,437	3,648	6,836	14,921	135.6%	4,661	320.1%
研修室・会議室	人数(人)		(0)	(974)	(2,252)	(513)	(3,739)		(52,894)	(7.1%)
	収入(千円)	9,130	0	523	864	969	2,356	25.8%	5,893	40.0%
プール	人数(人)		0	0	0	0	0		28,212	0.0%
	収入(千円)	14,300	0	5,940	6,966	39,627	52,533	367.4%	9,168	573.0%
トレーニングルーム	人数(人)		48	178	388	443	1,057		19,629	5.4%
	収入(千円)	13,200	0	0	0	0	0	0.0%	12,423	0.0%
その他	人数(人)		0	66	470	50	586		1,596	—
	収入(千円)	110	0	0	0	896	896	814.5%	—	—
図書館・内覧・情報展示・指導者養成講座	人数(人)	(1,176)	(0)	(0)	(0)	(0)	(0)		(174,261)	—
	収入(千円)	220	0	0	0	0	0	0.0%	98	—
自主事業計	人数(人)	53,069	725	11,123	15,298	16,778	43,924	82.8%	69,994	62.8%
	収入(千円)	127,215	1,553	13,192	24,503	26,169	65,417	51.4%	123,124	53.1%
アスリート	人数(人)	2,498	20	656	852	930	2,458		3,010	81.7%
	収入(千円)	12,650	203	1,707	2,382	3,638	7,930	62.7%	9,423	84.2%
スキルチェック	人数(人)									
	収入(千円)									
フォロー・教室事業	人数(人)	49,450	705	10,467	14,446	15,799	41,417	83.8%	65,886	62.9%
	収入(千円)	107,580	1,129	10,958	21,129	21,264	54,480	50.6%	106,274	51.3%
その他事業	人数(人)	1,121	0	0	0	49	49		1,098	4.5%
	収入(千円)	6,985	221	527	992	1,267	3,007	43.0%	7,427	40.5%
雑収入計	人数(人)	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	収入(千円)	110	13	20	53	6,171	6,257	5688.2%	2,063	1.8%
雑収入	人数(人)	—	—	—	—	—	0		0	—
	収入(千円)	110	13	20	53	6,171	6,257	5688.2%	2,063	303.3%
総合計	利用総数(人)	265,784	8,277	30,949	39,889	38,343	117,458	44.2%	474,415	24.8%
	内収入に係る人数(人)	(131,551)	(8,277)	(26,805)	(34,097)	(35,667)	(104,846)	(79.7%)	(207,550)	(50.5%)
	収入(千円)	502,454	31,594	80,532	101,754	143,742	357,622	71.2%	464,553	77.0%
指定管理料(千円)		312,992	112,334	69,927	90,253	272,499	545,013	174.1%	345,676	157.7%
総支出(千円)		815,446	171,053	192,942	204,103	277,035	845,133	103.6%	794,021	106.4%
当期繰越額(千円)		20,871	—	—	—	—	57,502	—	16,208	—

※「内収入に係る人数」とは、利用総数から「施設貸出」うちのアリーナ、研修室・会議室及びその他と「図書館・内覧・情報展示」を除いたもの。

(事業実績)

事業名		スポーツ医科学センター運営事業				令和3年6月30日
		令和2年度 計画	令和2年度 実績	増△減 (計画-実績)	達成率 (実績/計画)	令和1年度 実績
スポーツプログラム サービス		2,176人 17,784千円	884人 7,788千円	1,292人 9,996千円	40.6% 43.8%	1,630人 14,041千円
スポーツ外来・ リハビリ		76,306人 309,385千円	58,981人 207,454千円	17,325人 101,931千円	77.3% 67.1%	88,085人 293,082千円
施設貸出		133,057人 47,740千円	13,669人 70,706千円	119,388人 △22,966千円	10.3% 148.1%	140,445人 32,145千円
情報サービス・ 内覧・指導者養 成講座		1,176人 110千円	一人 一人	1,176人 110千円	0.0% 0.0%	174,261人 98千円
指定管理事業計		212,715人 375,019千円	73,534人 285,948千円	139,181人 89,071千円	34.6% 76.2%	404,421人 339,366千円
アスリート		2,498人 12,650千円	2,458人 7,930千円	40人 4,720千円	98.4% 62.7%	3,010人 9,423千円
フォロー事業 スポーツ教室		49,450人 107,580千円	41,417人 54,480千円	8,033人 53,100千円	83.8% 50.6%	65,886人 106,274千円
その他事業		1,121人 6,787千円	49人 3,007千円	1,072人 3,780千円	4.4% 44.3%	1,098人 7,427千円
自主事業計		53,069人 127,017千円	43,924人 65,417千円	9,145人 61,600千円	82.8% 51.5%	69,994人 123,124千円
雑収入		一人 110千円	一人 6,257千円	一人 △6,147千円	— % 5688.2%	一人 2,063千円
合計		265,784人 502,146千円	117,458人 357,622千円	148,326人 144,524千円	44.2% 71.2%	474,415人 464,553千円

(事業別累年実績表)

		令和2年度	令和1年度	平成30年度	平成29年度	平成28年度
歳出 (指定 管理 料)	予算額	312,992千円	319,781千円	303,463千円	304,728千円	305,396千円
	決算額	322,674千円	345,676千円	318,668千円	312,482千円	305,901千円
	執行率	103.1%	108.1%	105.0%	102.5%	100.2%

	指定管理事業					自主事業・雑収入						総合計
	事務・指定管理費	スポーツ外来費	SPS費	施設貸出事業費	合計	アスリート費	スキルチェック費	フォロー事業費	その他事業費	雑収入	合計	
収入合計 ①	545,909,448	207,454,157	7,787,800	69,809,700	830,961,105	7,930,502	0	54,480,142	3,006,524	6,256,547	71,673,715	902,634,820
支出合計 ②	244,219,160	335,813,930	34,433,317	66,841,119	681,307,526	26,156,809	0	128,466,241	1,063,491	84,370	155,770,911	837,078,437
人件費	64,349,430	235,347,119	33,836,017	32,056,595	365,589,161	22,633,090	0	27,700,719	782,841	0	51,116,650	416,705,811
役員報酬支出	0	0	0	0	0						0	0
給料支出	23,974,020	78,389,910	15,143,970	11,431,140	128,939,040	10,850,940		11,349,810	336,210		22,536,960	151,476,000
職員手当支出	20,050,564	44,331,707	10,069,045	9,007,002	83,458,318	7,501,663		8,593,526	264,911		16,360,100	99,818,418
賃金支出	8,867,111	51,893,179	2,225,072	7,043,646	70,029,008			1,173,941			1,173,941	71,202,949
給付費支出	50,175	176,265	44,100	22,440	292,980	22,635		22,725	660		46,020	339,000
退職給付支出	2,085,966	5,894,300	1,286,894	1,107,266	10,374,426	949,808		1,065,636	32,566		2,048,010	12,422,436
福利厚生費支出	8,957,274	24,287,958	5,066,936	3,445,101	41,757,269	3,308,044		3,433,191	101,326		6,842,561	48,599,830
報償費支出	364,320	30,373,800			30,738,120			2,061,890	47,168		2,109,058	32,847,178
管理費	146,663,252	99,975,313	597,300	34,784,524	282,020,389	3,523,719	0	100,765,522	280,650	84,370	104,654,261	386,674,650
旅費交通費支出	112,756	274,589	0	0	387,345	119,123		26,488			145,611	532,956
通信運搬費支出	1,240,174	133,793	0	0	1,373,967			15,299			15,299	1,389,266
備品購入費支出	6,231,984	293,647	0	312,114	6,837,745						0	6,837,745
消耗品費支出	4,416,123	12,114,955	49,500	967,093	17,547,671	104,500		722,234	23,130		849,864	18,397,535
修繕費支出	4,988,830	3,597,550	26,400	375,980	8,988,760	42,900					42,900	9,031,660
印刷製本費支出	193,600	492,800	0	0	686,400	20,900					20,900	707,300
広告料支出	99,990	0	0	0	99,990			99,990			99,990	199,980
電気料支出	23,794,116	0	0	0	23,794,116						0	23,794,116
ガス代支出	3,135,120	0	0	0	3,135,120						0	3,135,120
水道代支出	11,671,978	0	0	0	11,671,978						0	11,671,978
使用料及び賃借料支出	18,172,142	13,748,930	521,400	1,383,720	33,826,192	3,230,928		54,251,278	257,520		57,739,726	91,565,918
保険料支出	784,940	137,435	0	0	922,375			80,050			80,050	1,002,425
支払手数料支出	219,653	2,640	0	0	222,293			482,521			482,521	704,814
租税公課支出	134,650	28,000	0	0	162,650						0	162,650
交際費支出	0	0	0	0	0						0	0
報償費支出	0	0	0	0	0						0	0
食糧費支出	0	0	0	0	0						0	0
会費及び負担金支出	55,500	419,464	0	0	474,964			563,517			563,517	1,038,481
助成金支出	165,171	0	0	0	165,171						0	165,171
委託料支出	70,723,722	67,616,927	0	28,202,499	166,543,148			43,776,085			43,776,085	210,319,233
工事請負費支出	517,000	0	0	0	517,000						0	517,000
原材料費・雑支出	5,803	1,114,583	0	3,543,118	4,663,504	5,368		748,060		84,370	837,798	5,501,302
システム開発費	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
修繕費					0						0	0
委託料					0						0	0
間接経費	6,993,000	0	0	0	6,993,000	0	0	0	0	0	0	6,993,000
間接経費	6,993,000				6,993,000						0	6,993,000
事業所税・法人税	26,213,478	491,498	0	0	26,704,976	0	0	0	0	0	0	26,704,976
事業所税・法人税	26,213,478	491,498			26,704,976						0	26,704,976
収支差額 (①-②)	301,690,288	△ 128,359,773	△ 26,645,517	2,968,581	149,653,579	△ 18,226,307	0	△ 73,986,099	1,943,033	6,172,177	△ 84,097,196	65,556,383
消費税 ③	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8,055,047
収支決算額 (①-(②+③))	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	57,501,336

収入消費税	43,914,652
支出消費税	35,859,605

年 報

23
号「令和2
年度」

横浜市スポーツ医科学センター

横浜市スポーツ医科学センター年報(令和2年度)

目次

1	施設概要	1
2	事業体系図	2
3	事業概要	3
4	市民の健康づくり推進事業	9
	(1) スポーツプログラムサービス(SPS)	9
	(2) スポーツ外来	17
	(3) メディカルエクササイズコース(MEC)	27
	(4) スポーツ教室・健康教室・目的別教室	29
	(5) 健康に関する講演事業	36
	(6) 市からの委託事業	37
5	スポーツ振興事業	38
	(1) スポーツ指導者養成	38
	(2) スポーツ医科学に関する研究	39
	(3) 情報の収集及び提供	43
	(4) 施設の提供	44
	(5) スポーツ大会、イベントでのPR・連携事業	46
6	競技選手の競技力向上事業	47
	(1) 専門的体力測定・スキルチェック等	47
	(2) 「横浜ビー・コルセアーズ」サポート	50
	(3) 「横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科」サポート	50

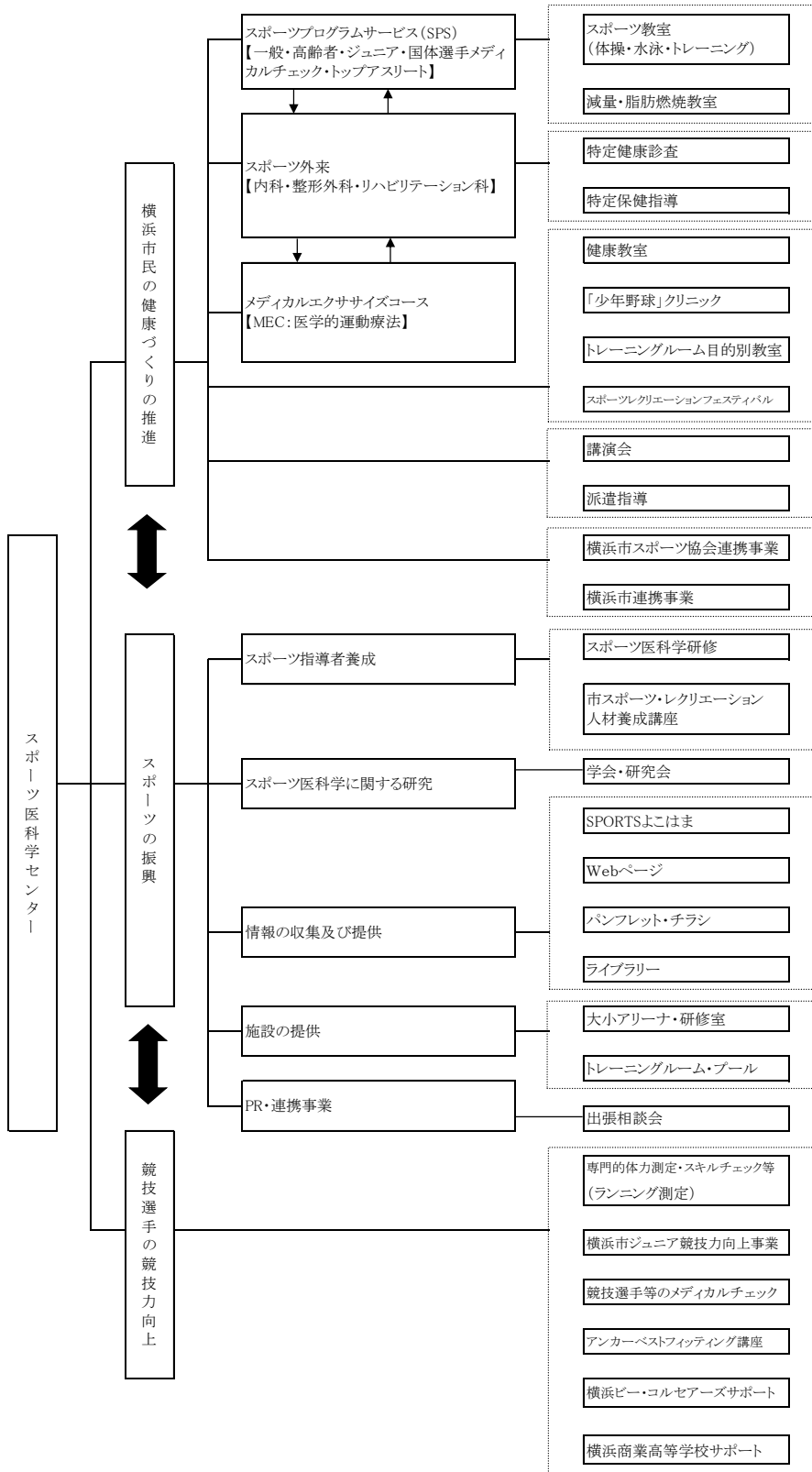
1 施設概要

横浜市スポーツ医科学センターの概要

施設名称	横浜市スポーツ医科学センター
設置目的	スポーツ医科学に基づく、市民の健康づくりの推進、スポーツの振興及び競技選手の競技力の向上
所在地	横浜市港北区小机町 3302-5（日産スタジアム内 2 階東ゲート側）
延床面積	約 12,300 m ²
開設	平成 10 年 4 月 1 日
総工費	約 52 億円
運営費	845,133 千円（令和 2 年度実績）
利用者数	117,458 人（令和 2 年度実績）
開館時間	平日（月曜日～土曜日） 午前 9 時～午後 9 時 日曜日、祝日 午前 9 時～午後 5 時
開館日等	【休館日】年末年始（12 月 29 日～1 月 3 日）、【施設点検日】4 月～6 月及び 9 月～12 月は第 3 火曜日、1 月～3 月は第 3・第 4 火曜日（祝日の場合は営業日とする）【施設開館日：346 日】【クリニック開館日：246 日】
実施事業	①スポーツプログラムサービス（SPS） ②スポーツ外来・リハビリテーション ③スポーツ指導者の養成・研修 ④スポーツ医科学研究 ⑤スポーツ医科学情報サービス ⑥施設の提供
主な機器	等速性筋力測定装置、バイオフィードバックトレーニング装置、三次元動作解析装置、床反力計測定システム、ハイスピードビデオ、ポリグラフシステム、磁気共鳴画像診断装置（MRI）、X 線画像診断装置（CR）、X 線骨密度測定装置、超音波診断装置、自動血球計数装置、生化学自動分析装置、多機能心電計
スタッフ	医師（内科・整形外科）、看護師、保健師、管理栄養士、臨床検査技師、診療放射線技師、理学療法士、スポーツ科学員、運動指導員 等
主な施設	大アリーナ（大体育館）、小アリーナ（小体育館）、プール、トレーニングルーム、研修室、会議室、ライブラリー（図書館）、相談室、診療所（診察室、理学療法室、体力測定室、運動負荷試験室）等
運営	公益財団法人横浜市スポーツ協会（指定管理者）

横浜市スポーツ医科学センター事業の体系図

横浜市スポーツ医科学センター事業の体系図



1 横浜市スポーツ医科学センターの役割

横浜市スポーツ医科学センターは、スポーツ医科学に基づいた市民の健康づくりの推進とスポーツの振興および競技選手の競技力の向上を目的とした施設として、平成10年4月に開設された。

当センターでは、多くの市民が安全で効果的にスポーツを行えるように、スポーツ医科学に関するさまざまなサービスを提供している。

健康な生活を送るため、スポーツを生涯にわたり楽しむため、競技者としてより強くなるため、などの目的に合わせて利用することができる。

(1) 横浜市民の健康づくりの推進

横浜市民一人ひとりが適切なスポーツ習慣をつけるよう支援する。

(2) スポーツの振興

健康づくりにつながるスポーツの振興に寄与する。

(3) 競技選手の競技力向上

スポーツ医科学に基づくトレーニング処方を作成して、アスリートをサポートする。

2 横浜市民の健康づくりの推進

(1) 健康状態や体力に応じたスポーツプログラムの提供：スポーツプログラムサービス（SPS）

生活・栄養・運動習慣についての問診、運動・スポーツに先立つメディカルチェック（医学的検査）と、体力の現状を探るフィットネステスト（体力測定）を行い、総合的に健康・体力に応じた運動（トレーニング）アドバイスやスポーツ医科学の最先端の知見に基づいた運動処方をその日のうちに提供する。

このスポーツプログラムサービス（SPS）には、市民の健康・体力の向上をサポートする「一般・高齢者 SPS」、ジュニアスポーツ選手向けの「ジュニア SPS」、競技選手の競技力向上をサポートするより専門的な「アスリート測定」がある。

(2) スポーツ外来

① 循環器内科・内科

一般的な内科系疾患の診療のほか、年々増加している生活習慣病（高血圧・高脂血症・糖尿病等）や循環器疾患（心筋梗塞・狭心症等）の諸症状改善や予防のために、内科のスポーツドクターが運動プログラムを処方する。また、スポーツ中に出現した内科系疾患や症状についても対応する。

② スポーツ整形外科・整形外科

小児から高齢者、一般市民からトップアスリートまで、スポーツによるケガや故障について、整形外科のスポーツドクターが診察・検査を行い、アスレティック・リハビリテーションを処方する。また、一般的な腰痛・肩こり・膝痛など日常生活におけるさまざまな整形外科的疾患に対して、運動プログラムを処方する。

③ リハビリテーション科

スポーツ選手の外傷（急性・慢性）や成長期の障害、整形外科疾患に対する運動療法・物理療法のほか、トレーニングやフォーム・スキルチェックなども実施し、円滑なスポーツ復帰と再発予防を目的としたアスレティック・リハビリテーションを行う。また、日常生活における整形外科疾患に対する運動療法・物理療法を行い、痛みの軽減・緩和、機能回復のためのリハビリテーションを行う。

(3) メディカルエクササイズコース（MEC：医学的運動療法）

内科的・整形外科的に何らかの疾患を抱え、積極的に運動することで改善が望める方々を対象として、医師（スポーツドクター）の運動処方に基づいて運動指導員が指導する、メディカルエクササイズコースを実施している。このMECには、センター内のアリーナ（体育館）等で実施するアリーナコースと25m室内温水プールで水中運動療法や水泳などを行うプールコースがある。

(4) 教室事業

市民の方々に日常的にスポーツを実践していただくため、通年事業として実施している「スポーツ教室」や、年間を数期に分けて定期的実施する「健康教室」、個人の改善目的に合わせた「目的別教室」などの各種スポーツ実践事業を実施している。

(5) 健康に関する講演会

横浜市内各区の福祉保健センターなどから依頼を受け、医師や管理栄養士などを派遣して講演会を実施し、市民の方々に健康に関する各種の情報を提供している。

(6) 連携事業

横浜市の委託事業等を実施している。

3 スポーツの振興

(1) 研修・講習会の実施

横浜市からの依頼を受けて、横浜市立中学校の運動部活動を担当する教諭や地域のスポーツ指導者に対して、安全にスポーツ活動を実践・指導していただくことを目的として「スポーツ医科学研修」や「スポーツ指導者の養成講座」などを実施し、スポーツ医科学に関する基礎知識を教授している。

(2) スポーツ医科学に関する研究

スポーツ医科学に関する各種の研究を行い、その結果を論文などにして発表している。

(3) 情報の収集及び提供

健康に関する各種情報を機関紙や Web ページなどで提供している。

(4) 施設の提供

施設貸出や個人利用を実施している。

(5) PR・連携事業

市民参加のイベント・大会等にスタッフが直接出向き、施設紹介及び理学療法士による個別無料相談を行っている。

4 競技選手の競技力向上

(1) 競技選手の専門的体力測定

プロスポーツチームや各種競技団体等の指導者・選手などからの要望に応じて、パフォーマンスを向上させるためのより専門的な体力測定を実施している。

(2) 横浜市ジュニア医科学向上事業

横浜市からの依頼を受けて、横浜市スポーツ協会加盟団体の小学生から高校生に対して各種の体力測定等を実施し、その結果を分析して、トレーニング方法やケガの予防方法等を指導している。また、ジュニア指導者を対象にスポーツ医科学研修を実施している。

(3) 競技選手等のメディカルチェック

神奈川県内の国体選抜選手やプロスポーツ選手・アマチュアスポーツのトップ選手などに対して、スポーツメディカルに関する各種の検査を実施している。

(4) 連携事業

日産スタジアムイベントに連携した講座を実施している。

(5) 競技チームへのサポート

プロスポーツチーム（サッカー、バスケットボール等）に整形外科医師、メディカルトレーナー（理学療法士）が帯同し、練習から試合までの全般的なサポートを行っている。

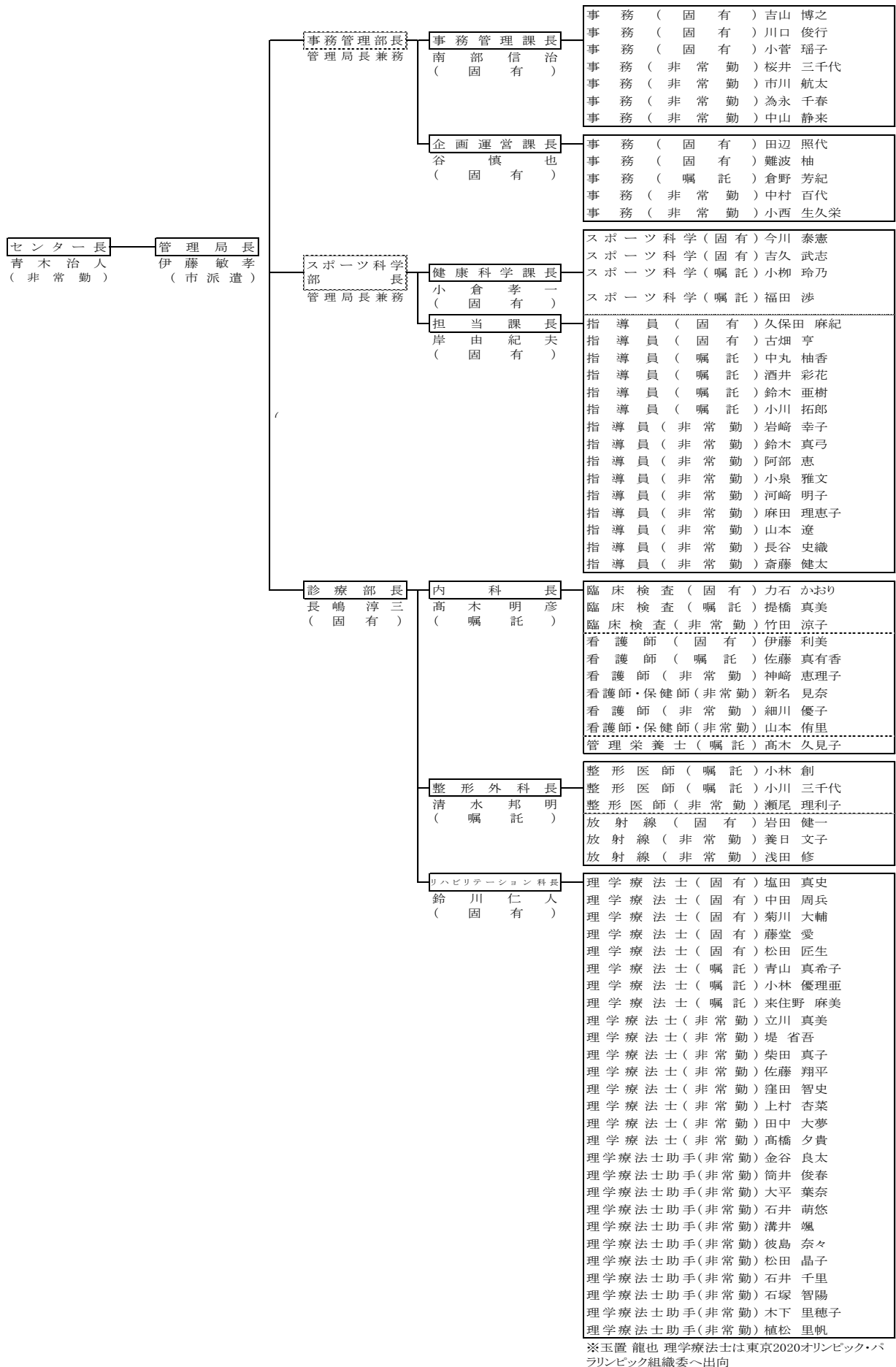
(6) 学校へのサポート

横浜市立高等学校の教育内容及び競技力向上に向けた医科学サポートを行っている。

5 令和 2 年度の状況

- (1) 組織・職員構成図・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・別表 1
- (2) 年度別収支状況（平成 28 年度～令和 2 年度）・・・・・・・・別表 2
- (3) 月別利用状況・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・別表 3
- (4) 年度別利用状況（平成 28 年度～令和 2 年度）・・・・・・・・別表 4

別表1 組織・職員構成図

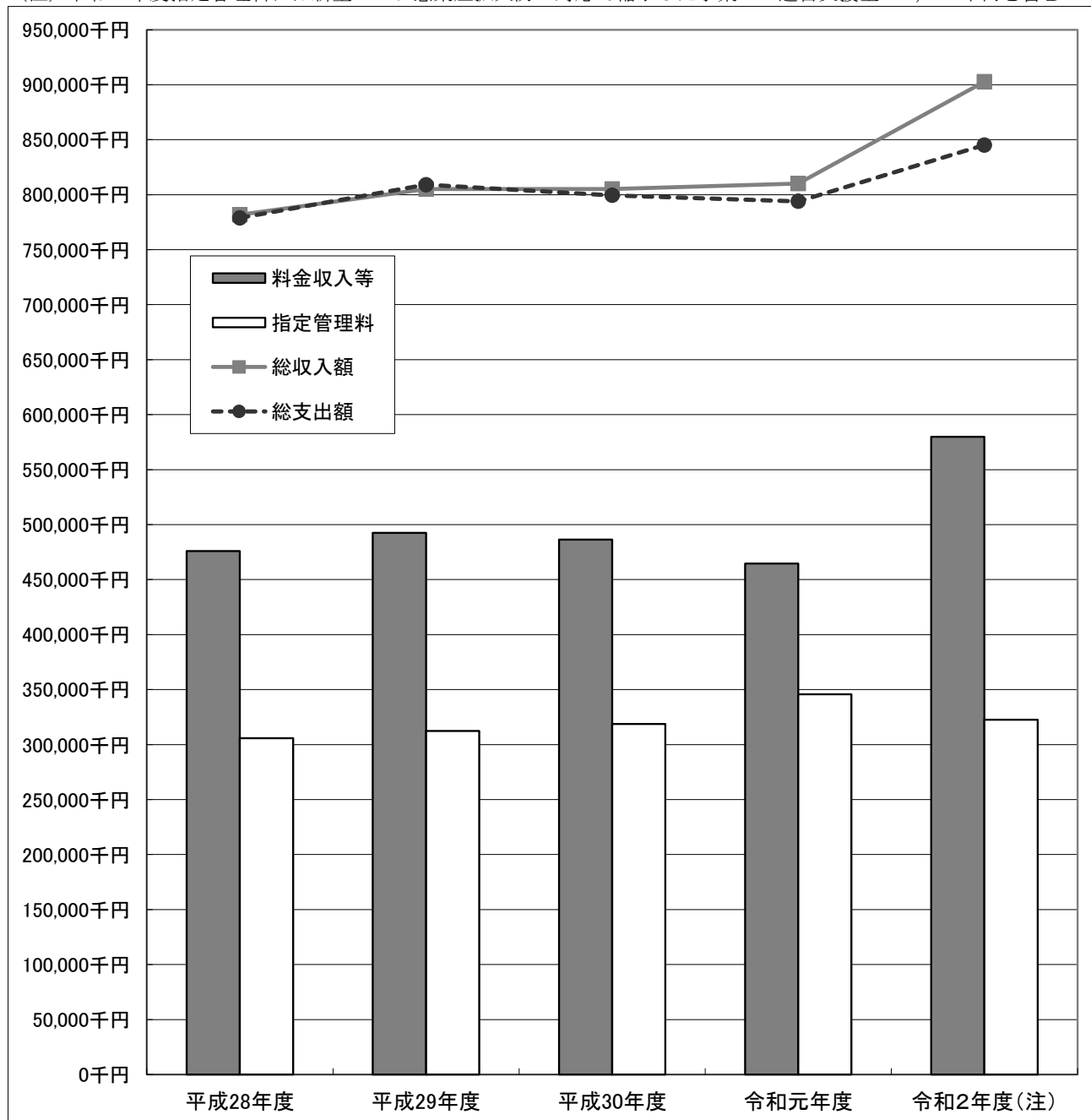


※玉置 龍也 理学療法士は東京2020オリンピック・パラリンピック組織委へ出向

別表2 年度別収支状況（平成28年度～令和2年度）

年 度	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度(注)
料 金 収 入 等	475,965千円	492,620千円	486,453千円	464,554千円	579,959千円
指 定 管 理 料	305,900千円	312,482千円	318,660千円	345,676千円	322,675千円
総 収 入 額	781,865千円	805,102千円	805,113千円	810,230千円	902,634千円
総 支 出 額	778,938千円	809,010千円	799,472千円	794,020千円	845,133千円
収 支 差	2,927千円	△3,908千円	5,641千円	16,210千円	57,501千円

(注) 令和2年度指定管理料には新型コロナウイルス感染症拡大防止対応で縮小した事業への運営支援金 222,338千円を含む



別表3 月別利用状況

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
SPS	2	—	12	82	108	63	121	123	93	139	70	71	884
一般	2	—	10	43	56	22	51	31	16	61	27	31	350
高齢者	—	—	2	24	27	19	30	51	50	30	31	27	291
ジュニア	—	—	—	15	25	22	40	28	27	46	12	13	228
国体 他	—	—	—	—	—	—	—	13	—	2	—	—	15
外来	2,163	1,781	3,546	4,550	5,143	5,558	6,185	5,859	6,030	5,411	5,869	6,886	58,981
内科	185	162	229	205	224	242	373	326	275	195	267	264	2,947
内科外来	178	145	209	173	191	216	222	206	235	182	227	221	2,405
内科自費	3	13	8	22	20	14	143	110	28	5	24	18	408
栄養相談	2	4	6	2	6	4	6	6	4	3	8	5	56
特定保健指導	2	—	6	8	7	8	2	4	8	5	8	20	78
整形外科	681	629	1,131	1,389	1,545	1,767	1,749	1,623	1,692	1,480	1,575	1,945	17,206
リハビリテーション科	1,297	990	2,022	2,542	2,795	2,925	3,321	3,271	3,481	3,164	3,412	3,930	33,150
メディカルエクササイズ(MEC)	—	—	164	414	579	624	742	639	582	572	615	747	5,678
施設利用	48	—	—	1,338	1,329	1,589	2,016	1,983	1,711	974	808	1,287	13,083
アリーナ	—	—	—	1,004	970	1,130	1,162	1,042	866	714	572	827	8,287
研修室・会議室	—	—	—	334	290	350	729	814	709	141	98	274	3,739
プール	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
トレーニングルーム	48	—	—	—	69	109	125	127	136	119	138	186	1,057
講座・講演(指導者養成)	—	—	—	—	—	66	111	170	189	30	20	—	586
指定管理事業 計	2,213	1,781	3,558	5,970	6,580	7,276	8,433	8,135	8,023	6,554	6,767	8,244	73,534
アスリート測定等	—	—	20	149	279	228	202	199	451	319	182	429	2,458
フォロー事業	—	—	705	2,575	3,909	3,983	4,675	4,638	3,743	4,592	4,835	4,959	38,614
教室・イベント事業	—	—	—	—	—	—	428	541	421	476	543	394	2,803
その他事業	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	49	—	49
自主事業 計	—	—	725	2,724	4,188	4,211	5,305	5,378	4,615	5,387	5,609	5,782	43,924
事業参加者合計	2,213	1,781	4,283	8,694	10,768	11,487	13,738	13,513	12,638	11,941	12,376	14,026	117,458

【参考】

ライブラリー・展示室	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
ギャラリー	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合計	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

施設利用者総合計	2,213	1,781	4,283	8,694	10,768	11,487	13,738	13,513	12,638	11,941	12,376	14,026	117,458
----------	-------	-------	-------	-------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	---------

別表4 年度別利用状況（平成28年度～令和2年度）

（単位：人）

	平成28年度	平成29年度	平成30年度	令和元年度	令和2年度
SPS	1,700	2,046	2,488	1,630	884
一般	723	759	1,016	712	350
高齢者	447	438	410	365	291
ジュニア	440	624	783	311	228
国体 他	90	225	279	242	15
外来	81,918	88,565	89,568	88,085	58,981
内科	3,753	3,851	3,903	3,472	2,947
整形外科	19,822	21,201	20,771	21,730	17,206
リハビリテーション科	43,266	48,287	50,408	49,780	33,150
メディカルエクササイズ(MEC)	15,077	15,226	14,486	13,103	5,678
施設利用	130,322	118,268	138,462	138,849	13,083
アリーナ	35,066	33,567	37,004	38,114	8,287
研修室・会議室	54,207	48,309	48,263	52,894	3,739
プール	22,429	15,748	31,954	28,212	—
トレーニングルーム	18,620	20,644	21,241	19,629	1,057
講座・講演(指導者養成)	—	769	380	1,596	586
指定管理事業 計	213,940	209,648	230,898	230,160	73,534
アスリート/スキルチェック	5,794	6,174	4,034	3,010	2,458
フォロー(教室等)	64,575	64,004	61,310	55,696	38,614
講座・講演	13,794	15,453	14,469	10,190	2,803
その他事業	4,218	2,946	2,075	1,098	49
自主事業 計	88,381	88,577	81,888	69,994	43,924
事業参加者合計	302,321	298,225	312,786	300,154	117,458
ライブラリー・展示室	99,964	96,037	59,994	47,595	0
ギャラリー	79,404	70,784	111,419	126,666	0
合計	60,044	61,077	69,618	174,261	0
施設利用者 総合計	362,365	359,302	382,404	474,415	117,458

(1) スポーツプログラムサービス(SPS)

スポーツプログラムサービス（以下 SPS）は、これから運動を行おうと考えている方や継続的に運動を行っている方を対象とし、問診・メディカルチェック・体力測定等により健康状態や体力などを総合的に把握した上で、各個人に運動実践のための具体的な資料やアドバイスを提供するものである。これは対象者により、次の3つに分類される。

- ①一般市民を対象としたもの（以下一般 SPS）
- ②ジュニアスポーツ選手（小学生～高校生）を対象としたもの（以下ジュニア SPS）
- ③競技選手の競技力向上を対象としたもの（以下アスリート測定）

一般およびジュニア SPS のメディカルチェック・体力測定項目は表 1 に示した。一般 SPS で実施している各項目の詳細については、参考として 13～16 ページに記載した。

一般 SPS はあらかじめ実施日を設定し、希望者からの予約を受付けている。また、団体利用については別途日程を調整している。ジュニア SPS は競技団体・学校・クラブチームなどの団体利用がほとんどであり、それぞれ日程を調整している。アスリート測定については、競技種目・競技レベル・目的などにより検査・測定項目が異なるため、依頼者と事前に内容や実施方法を協議した上で実施している。ジュニア・アスリートでも個人や少人数の場合には、効率化を図るため一般 SPS と一緒にして実施することもある。

なお、4・5 月は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、一般及びジュニア対象の本事業を中止した。また、令和 2 年 3 月から呼吸機能検査については測定種目から外している。

表 1 SPS の検査・測定項目一覧

検査・測定項目		一般	ジュニア		
			高校生	中学生	小学生
メディカル チェック	尿検査	○	○	○	○
	血液検査	○	○	○	—
	X 線検査（胸部）	○	○※1	—	—
	呼吸機能検査	○	○	○	—
	安静時心電図検査	○	○	○	○
	内科診察	○	○	○	○
	運動負荷心電図検査	○	○	○	○
	骨量検査（踵骨）	○	○	○	○
形態・ 体組成等	食事調査（問診表）	○	○	○	○
	身長・体重・BMI	○	○	○	○
	体組成（体脂肪率）	○	○	○	○
	骨年齢（手部 X 線撮影）	—	—	○※1	○※1
	皮脂厚（上腕後・肩甲骨・腹部）	—	○	○	○
体力測定	肩峰幅・腸骨稜幅・転子点高	—	○	○	○
	大腿部筋力（膝伸展／屈曲）	○	○	○	○
	握力	○	○	○	○
	脚伸展パワー（両脚）	○	○	○	○
	ジャンプ力（垂直跳び）	—	○	○	○
	全身持久力（運動負荷心電図検査）	○	○	○	○
	全身反応時間	○	○	○	○
	片脚バランス	○	○	○	○
体前屈	○	○	○	○	
その他（オプション項目）	—	○※2	○※2	○※2	

凡例 ○：実施 —：実施しない

※1 年 1 回実施（同一年内に複数回利用の場合、2 回目以降は実施しない）

※2 必要に応じて実施（項目の詳細については割愛）

表2 月別利用者数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
一般	—	—	6	33	47	31	48	73	62	40	58	42	440
ジュニア	—	—	—	15	25	22	40	28	27	46	12	13	228
アスリート	2	—	6	34	36	10	33	22	4	53	—	16	216
合計	2	—	12	82	108	63	121	123	93	139	70	71	884

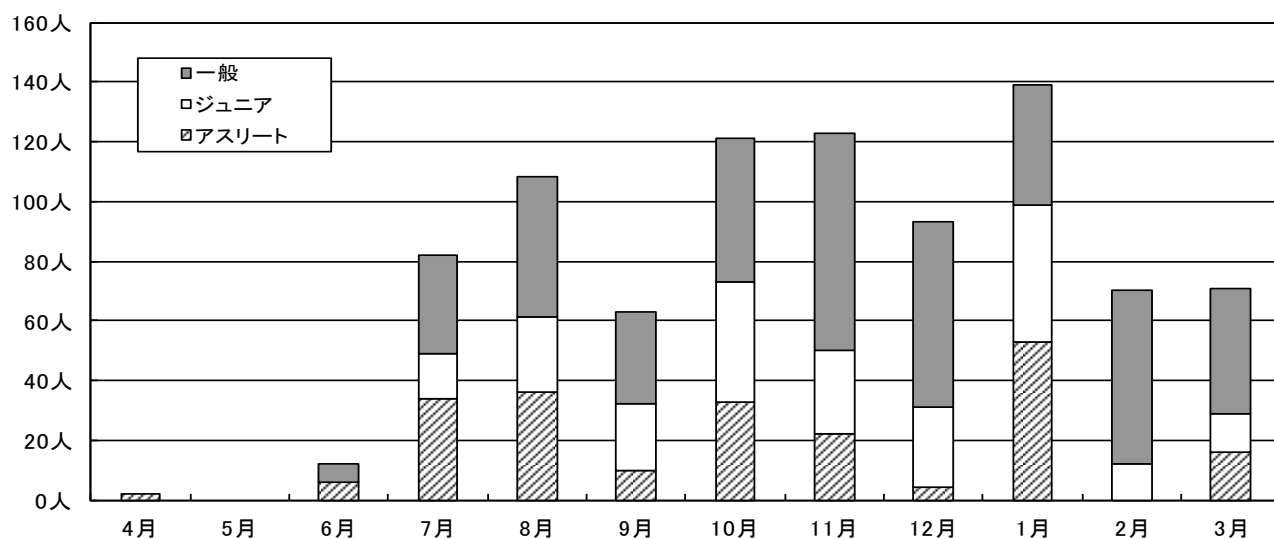


表3 一般 SPS 年齢別・男女別利用者数

(単位:人)

	~19歳	20~24歳	25~29歳	30~34歳	35~39歳	40~44歳	45~49歳	50~54歳	55~59歳	60~64歳	65~69歳	70~74歳	75~79歳	80歳~	計
男性	—	2	2	2	4	3	8	6	8	16	27	41	25	27	171
女性	—	1	2	—	3	9	7	14	20	30	56	54	39	18	253
合計	—	3	4	2	7	12	15	20	28	46	83	95	64	45	424

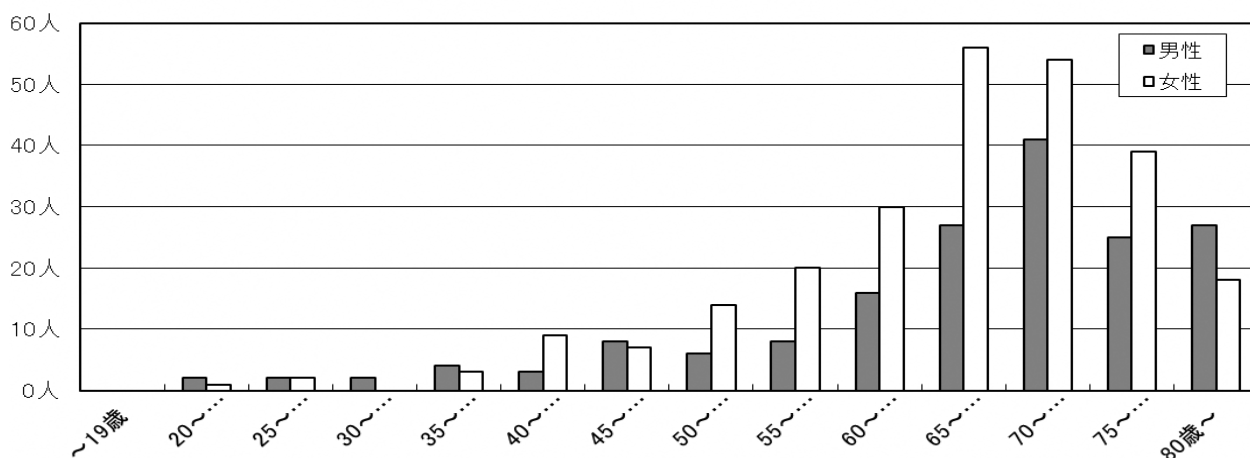


表4 一般SPS曜日別利用者状況

個人のみ（減量教室を除く）

	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
利用者数（人）	36	—	142	180	66
実施日数（日）	8	—	28	34	12
1日平均（人）	4.5	—	5.1	5.3	5.5
定員（人）	47	—	191	241	79
利用率（％）	76.6%	—	74.3%	74.7%	83.5%

全利用者（減量教室を含む）

	月曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
利用者数（人）	52	—	142	180	66
実施日数（日）	10	—	28	34	12
1日平均（人）	5.2	—	5.1	5.3	5.5
定員（人）	63	—	191	241	79
利用率（％）	82.5%	—	74.3%	74.7%	83.5%

表5 国体選手メディカルチェック月別利用者数

（単位：人）

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
0	0	0	0	0	0	0	13	0	2	0	0	15

表6 ジュニアSPS 学年別・男女別利用者数

（単位：人）

	～小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
男性	1	10	9	32	25	26	43	38	2	186
女性				1	1		18	21	3	44
合計	1	10	9	33	26	26	61	59	5	230

	小学生	中学生	高校生
男性	20	83	83
女性	—	2	42
合計	20	85	125

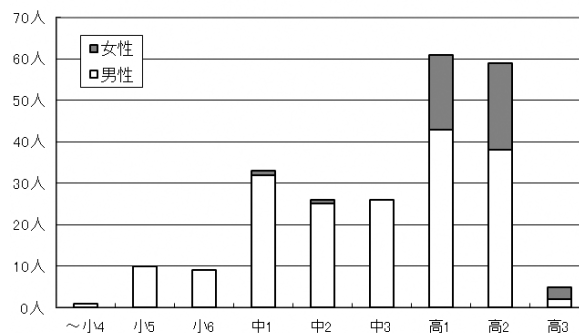


表7 ジュニア SPS 種目別利用者数

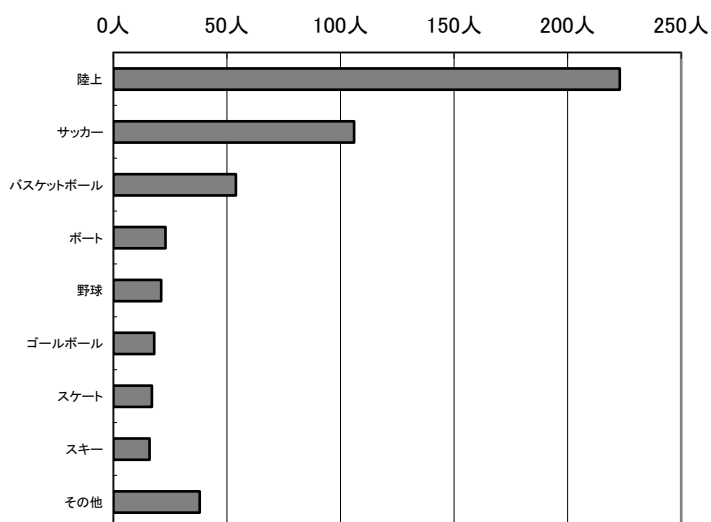
(単位：人)

		～小4	小5	小6	中1	中2	中3	高1	高2	高3	合計
男性	サッカー	1	10	9	24	24	18	17	16	2	121
	硬式野球							16	15		31
	陸上				8		7				15
	卓球							5	1		6
	テニス						1	2	1		4
	スケート								3		3
	体操						1	1			2
	その他							2	2		4
女性	バスケットボール							6	2		8
	卓球							3	4		7
	陸上				1	1			3		5
	サッカー							3	1	1	5
	スケート							2		1	3
	バトントワリング							1	1		2
	ダンス								2		2
	その他							3	8	1	12

表8 アスリート測定種目別利用者数

(単位：人)

	男性	女性	合計
サッカー	177	3	180
バスケットボール	12	23	35
ゴールボール		12	12
陸上	1	9	10
スケート	3	3	6
卓球	4	2	6
その他	4	1	5
合計	201	53	254



※メディカルチェックのみの利用者は含まない

【参考】SPS 受診者用配布物①

スポーツプログラムサービス (SPS) で実施される医学的検査項目の内容と説明

1. 尿・血液検査《小学生の血液検査はありません》

◇尿検査について

来院後に採尿しますので、当日朝からがまんすることはありません。約 50cc 必要です。

◇血液検査について

血液検査では、主に貧血の有無、肝障害、血清脂質、血糖、尿酸値を評価します。採血後はもまずに 5 分程しっかり抑えて下さい。腫れがみられるようであればおっしゃって下さい。また採血後皮下出血がみられることがあります。各採血項目の詳細は別項 (右ページ:採血項目の詳細) をご覧下さい。結果に記載されている基準値は成人のものです。判定欄の「L」は基準値未満を、「H」は基準値を超えることを意味します。

2. X線検査《高校生以上は胸部レントゲン撮影、中学生以下は骨年齢》

◇胸部レントゲン撮影

胸部の正面の X 線撮影です。肺、心陰影を検査します。検査にご質問がある方は当日スタッフにお伝え下さい。

◇骨年齢

左手を撮影し、骨の成熟度を評価します。成長期では同じ暦年齢でも発育の度合いが異なります。骨から現在の発育状況の評価し、適切なトレーニング指導を行うために実施します。

※いずれの検査も放射線検査ですので被曝します。人間の太陽光を含めた自然環境による被曝量は年間 2,400 マイクロシーベルト (μSv) で、これ以外に許容されている年間被曝量は、一般の人で 1,000 μSv とされています (例外もあります)。検査における被曝は撮影部位と散乱線による撮影部位以外の被曝がありますが、撮影部位の被曝量は、胸部撮影の胸壁で約 100 μSv 、骨年齢の左手で 10 μSv です。撮影部位以外の被曝は、胸部レントゲン撮影で、胸と同じ高さの平面で胸壁からななめ前方 50cm の場所で 1 μSv 以下です。骨年齢では、0.1 μSv 以下です。生殖器や目など、撮影部位から上下に離れれば更に少なくなります。健康に障害を生じる量は 1 回で全身に 250,000 μSv (250mSv) 被曝した場合といわれており、今回の検査における被曝量は健康に支障のない程度と考えています。

3. 呼吸機能検査

肺活量と 1 秒量を測定し、%肺活量と 1 秒率を求めます。肺活量は、精一杯息を吸った後最大限にはいた息の量を、1 秒量は精一杯息を吸った後できるだけ速く息をはき、最初の 1 秒間に排出された量から求めます。

%肺活量は肺活量を予測値 (性別・年齢・身長より算出される値) で除し、100 をかけることで求めます。1 秒率は 1 秒量を肺活量で除し、100 をかけた値で求めます。これにより肺の機能を評価します。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、令和 2 年 3 月から実施していません。

4. 安静時心電図, 運動負荷試験

心電図は、心臓の電気現象を体表から記録する検査です。これらの検査は、運動するにあたって心臓病がないか、またどの程度の運動能力があるかを調べるために行います。運動負荷試験は、安静時の心電図ではわからない心臓病を見つけるため、心電図、血圧を測定しながら運動 (自転車エルゴメータ) を行います。運動中、気分が悪くなったり、もうできなくなったり、心電図や血圧に異常がみられましたら終了となります。専門医とスタッフが監視しながら安全に行いますが、検査中に不整脈や心筋梗塞が誘発されることがあります。これらは 1 万件に数件の割合と報告されています。

5. 食事調査

当日に提出していただく栄養問診から、1日の食事摂取量を概算します。また食品群別の摂取バランスや3大栄養素のバランスを算出します。

6. 骨量検査（音響的骨評価テスト）

踵の骨に超音波をあて、①超音波の伝わる速さと、②超音波の減衰度合いから骨の状態（丈夫さ、もろさ）を評価します。

採血項目の詳細

■尿検査		
蛋白		主に腎臓病をしらべます。
糖		糖尿病をしらべます。
潜血		泌尿器系の出血をしらべます。
ウロビリノーゲン		肝障害、胆道系の異常をしらべます。
■血液一般検査		
白血球数		細菌感染で増加します。異常低値、高値は血液疾患を疑わせます。
赤血球数		主に貧血の有無をみます。
ヘモグロビン		主に貧血の有無をみます。血色素とも呼ばれます。
ヘマトクリット		主に貧血の有無をみます。
血小板		止血作用があります。異常低値、高値は血液疾患を疑わせます。
■血液生化学検査		
栄養状態	総蛋白	栄養状態、肝臓の働きを意味します。
肝機能	総ビリルビン	胆道系の異常、肝障害を意味します。
	GOT	主に肝細胞の障害を意味します。また運動後では高値になることがあります。
	GPT	主に肝細胞の障害を意味します。
	LDH	ほぼ全身の細胞に含まれる酵素ですが、主に肝臓、肺、心臓などの障害をしらべます。運動後では高値になることがあります。
	ALP	主に胆道系の異常、肝障害を意味します。骨にも含まれるため成長期では高値になります。
	γ-GTP	胆道系の異常、肝障害を意味します。また、過栄養性脂肪肝、アルコール性肝障害をよく反映します。
筋肉の障害	CPK	主に筋肉に含まれる酵素です。異常高値は筋肉の障害を意味します。
高脂血症	中性脂肪	アルコール、カロリー過多で増加します。コレステロールとともに動脈硬化を進めます。
	総コレステロール	コレステロールの総和です。動脈硬化を進めます。
	HDL コレステロール	善玉コレステロールで動脈硬化を抑制します。
	LDL コレステロール	悪玉コレステロールで動脈硬化を進めます。
糖尿病	血糖	糖尿病をしらべます。
	ヘモグロビン A1c	1か月の血糖の変動を表します。糖尿病の発見と経過をみるための検査です。
鉄	血清鉄	低値は鉄欠乏状態を表します。
腎機能	尿素窒素	腎臓の濾過機能をみます。
	クレアチニン	腎臓の濾過機能をみます。
高尿酸血症	尿酸	蛋白過多、アルコール過多で増加します。高値、変動が大きいと痛風を発症することがあります。
炎症反応	CRP	感染や炎症の存在を表します。

【参考】SPS 受診者用配布物②

●体力測定(フィットネステスト)項目の説明

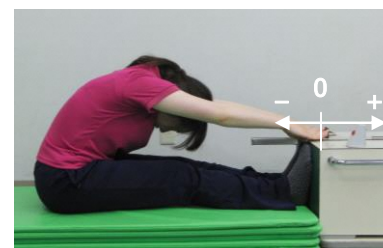
<形態・体組成測定>

身長、体重、体脂肪率、推定筋肉量を測定します。体脂肪率と推定筋肉量はマルチ周波数によるインピーダンス方式で測定します。そして、体脂肪率と推定筋肉量のバランスから体型判定を行います。尚、測定に使用している電流は非常に微弱で、刺激を受けることも、影響を与えることもありません。ただし、「心臓ペースメーカー」など体内に機器を装着されている方のご使用はできませんので、対象の方は事前に必ずその旨をお伝えください。



<柔軟性>

長座位から膝を伸ばした状態で前屈を行い、両手の指先の到達点を測定します。足底面を基準としています。尚、無理して行くと、腹筋が攣れたり、腰部を痛めたりすることが希に有りますのでご注意ください。



<バランス(開眼片脚立ち)>

片脚で20秒間立った時に、身体がどれだけ揺れるかを調べます。左右・前後方向の揺れの大きさを算出します。それらの値は小さいほど安定していることを示し、片脚立ちのバランスが良いことを意味します。



<全身反応時間>

光刺激に対してどれくらい早く反応できるかを調べます。ランプが光ってから足が地面から離れるまでの時間を測定します。光の刺激が目から脳へと伝わり、脳からの命令が筋肉に伝わる神経系の能力と動作自体が素早くできているかの両方を反映します。数値が小さいほど反応が良いこととなります。



<握力>

握力計を用いて、物をつかむ・握る力の最大値を計測します。上半身の筋力評価として実施します。左右2回ずつ測定します。



<両脚伸展パワー>

足に固定したプレートを両脚でできる限り強く蹴り出し、そのときに発揮されたパワーを測定します。反動動作を使わない条件での、脚(主に股・膝関節)のパワー発揮能力を表します。プレートに加わった力が大きいほど、パワーも高くなります。パワーは体重で割った値で評価します。下半身のパワーが体重あたりどのくらいあるか評価し健脚度をチェックします。ただし、膝を痛めているなど測定に支障がある方は当日ご相談ください。



<動的筋力(右膝伸展・屈曲トルク)>

CYBEXというマシンを使って膝関節周りにどれくらいトルクを発揮できるかを調べます。トルクというのはあるものを軸周りに回す能力です。伸展トルクは大腿の表側の筋肉が発揮した力を、屈曲トルクは大腿の裏側の筋肉が発揮した力を表します。トルクを体重で割った値でそれぞれの筋力を評価します。大腿の表側、裏側の筋力は多くの運動において必要な要素です。しっかり体重を支えられる筋力がバランスよく備わっているかチェックします。この測定機器はリハビリテーション用としても使用されているもので危険性は少ないと思われていますが、測定は全力で行います。不安のある方はご相談ください。



<運動負荷テスト PWC75%HRmax>

運動負荷テストは運動時の心電図や血圧のチェックが第一の目的ですが、その際のペダル負荷と心拍数のデータから持久力の評価もあわせて行います。テストが始まるとペダル負荷が徐々に増え、それとともに心拍数も増加します。全身持久力に優れている人ほど負荷の増加に対する心拍数の増加は小さくて済みます。「PWC75%HRmax」とは心拍数が推定最高心拍数の75%(20歳の人で150拍/分、60歳の人で120拍/分)になるように自転車の負荷を調節した時の負荷の大きさです。評価は体重あたりの値で行い、数値が大きいほど持久力があるということになります。



ただし、不整脈がある場合や、一部の降圧剤・緑内障の点眼薬など、心拍数の増加に影響のある薬を使用している場合には、持久力が正しく評価されないことがあります。しかし、治療を継続していることの方が優先されますから、それらのお薬を使用している方は、当日も服薬して来所してください。

<最大歩行速度> ※2015年7月より追加しました。

11mの歩行路をできる限り速く歩行し、その中間部分の平均速度(m/分)を算出します。歩行の測定ですので、走らないようお気をつけください。(両足が同時に地面から離れる瞬間があると、走っていると判定されます。)

過度な大またや前傾姿勢など、普段の歩き方と極端に異なる歩き方をすると、転倒やケガに繋がることがありますのでご注意ください。

ジュニアは実施しません。



(2) スポーツ外来

当センターのスポーツ外来は、内科・整形外科・リハビリテーション科があり、診療等の内容は次のとおりである。

①内科

スポーツに関連した症状について専門的診療を実施する。また、心臓病や生活習慣病（高血圧・高脂血症・糖尿病等）の診断と治療を行う。治療には、運動療法を積極的に取り入れ、疾病の予防にも取り組む。

②整形外科

スポーツによるケガや故障について診察・検査を行い、アスレティック・リハビリテーションを処方する。また、肩こり・腰痛・膝痛など一般の整形外科的疾患にも運動療法を積極的に取り入れ、症状の緩和・消失を目指す。

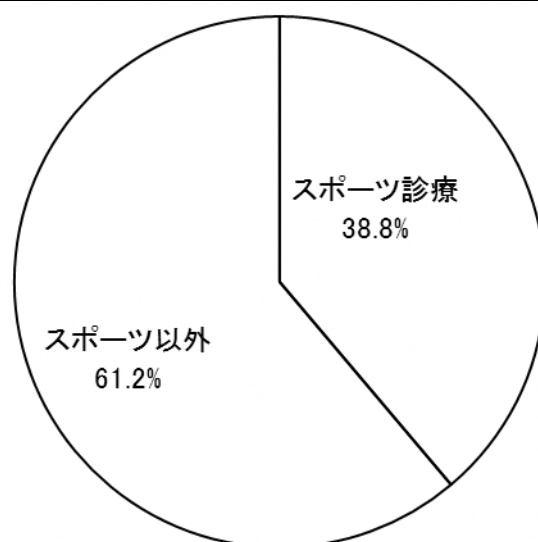
③リハビリテーション科

スポーツ選手の外傷（急性・慢性）や成長期の障害、整形外科疾患に対する運動療法・物理療法のほか、トレーニングやフォーム・スキルチェックなども実施し、円滑なスポーツ復帰と再発予防を目的としたアスレティック・リハビリテーションを行う。

表1 スポーツ診療の割合（内科・整形外科）

（単位：人）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
スポーツ診療	320	326	409	560	784	850	837	768	804	609	716	822	7,805
スポーツ以外	544	461	944	1,029	978	1,155	1,280	1,188	1,157	1,064	1,118	1,379	12,297
合計	864	787	1,353	1,589	1,762	2,005	2,117	1,956	1,961	1,673	1,834	2,201	20,102



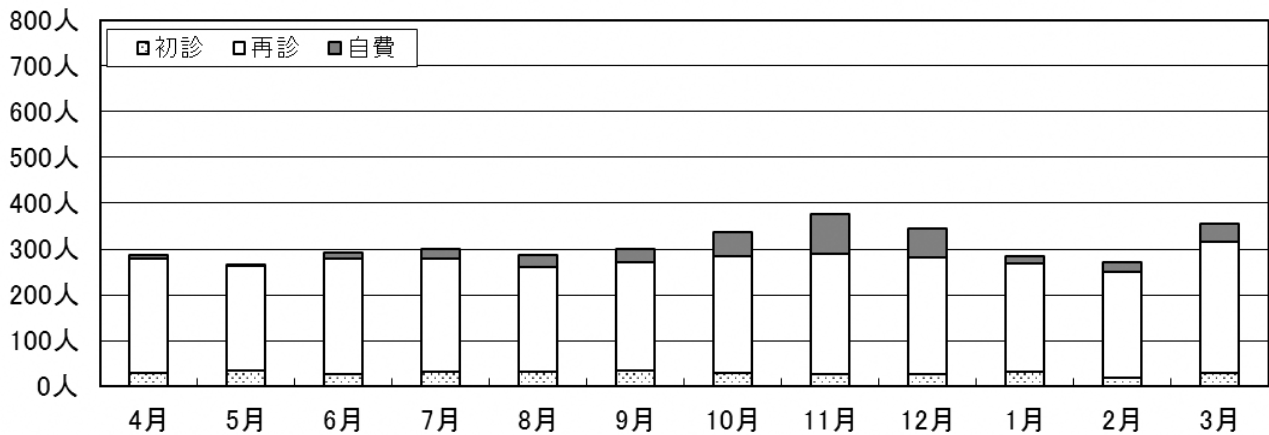
①内科

(7)内科

表1 内科月別受診者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
初診	31	34	28	32	32	34	31	26	28	32	18	29	355
再診	249	230	251	247	228	238	254	264	255	236	232	288	2,972
自費	6	1	13	20	28	28	53	86	61	17	20	37	370
合計	286	265	292	299	288	300	338	376	344	285	270	354	3,697

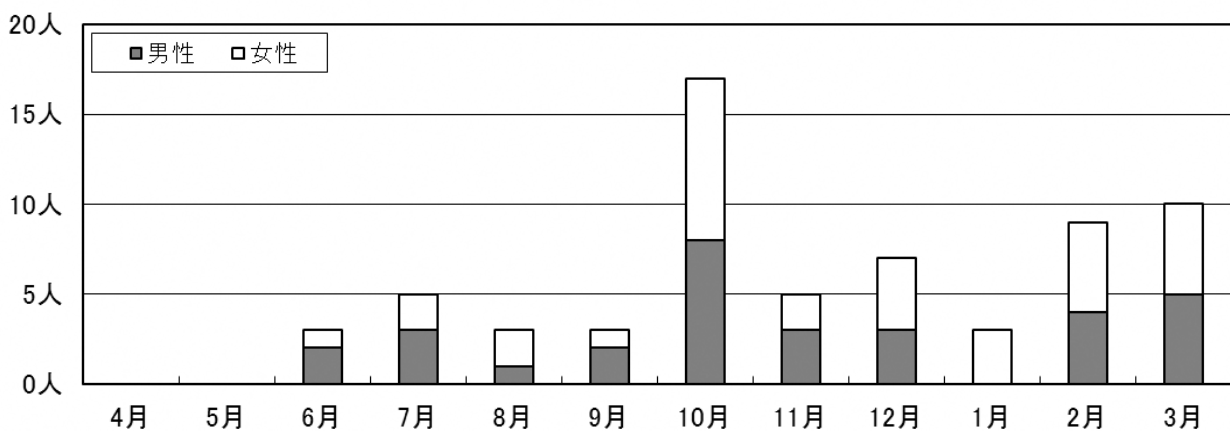


初診は前回の受診から3か月以上経過した受診者を含む。ただし、特定疾患患者は除く。
 ※国体選手メディカルチェック、特定保健指導は含まない。

表2 特定健康診査月別・男女別受診者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	—	2	3	1	2	8	3	3	—	4	5	31
女性	—	—	1	2	2	1	9	2	4	3	5	5	34
合計	—	—	3	5	3	3	17	5	7	3	9	10	65



(イ)検査

表1 月別検査総数

※呼吸機能検査は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため令和2年3月から実施していません。

(単位：件)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計		
検体検査	一般検査	尿一般	外来・健診	19	23	42	30	33	44	68	52	60	40	38	48	497
		SPS	2	—	47	63	101	63	120	98	67	90	53	52	756	
		国体	—	—	—	—	—	—	—	13	—	2	—	—	15	
		減量教室	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	8	—	16	
	尿沈渣	3	2	5	7	9	6	9	29	17	17	13	15	132		
	小計	24	25	94	100	143	113	197	200	144	149	112	115	1,416		
	血液一般検査	外来・健診	95	104	149	108	129	139	153	117	159	117	123	124	1,517	
		SPS	2	—	47	63	102	63	120	98	67	90	53	61	766	
		国体	—	—	—	—	—	—	—	13	—	2	—	—	15	
		減量教室	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	8	—	16	
	小計	97	104	196	171	231	202	273	236	226	209	184	185	2,314		
	生化学検査	外来・健診	95	104	152	117	131	145	165	121	162	119	131	136	1,578	
		SPS	2	—	47	63	102	63	120	98	67	90	53	61	766	
		国体	—	—	—	—	—	—	—	13	—	2	—	—	15	
		減量教室	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	8	—	16	
小計	97	104	199	180	233	208	285	240	229	211	192	197	2,375			
外部委託	10	9	51	35	66	24	49	19	20	62	14	25	384			
検体検査小計		228	242	540	486	673	547	804	695	619	631	502	522	6,489		
生理機能検査	安静時心電図検査	外来・健診	22	20	37	30	26	36	54	44	49	41	40	44	443	
		SPS	2	—	18	63	102	63	96	99	68	91	53	61	716	
		国体	—	—	—	—	—	—	—	13	—	2	—	—	15	
		減量教室	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	—	—	8	
		その他	—	—	—	—	—	—	—	38	—	—	—	—	38	
	小計	24	20	55	93	128	99	150	202	117	134	93	105	1,220		
	エルゴメータ負荷試験	外来・健診	1	—	4	9	5	8	10	11	9	7	14	8	86	
		SPS	—	—	13	46	49	52	90	91	66	41	54	44	546	
		国体	—	—	—	—	—	—	—	3	—	—	—	—	3	
		減量教室	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	8	—	16	
		その他	—	—	—	—	—	—	—	37	—	—	—	—	37	
	小計	1	—	17	55	54	60	100	150	75	48	76	52	688		
	心臓超音波検査	外来・健診	2	1	—	3	—	4	3	6	6	6	5	1	37	
		SPS	1	—	8	9	—	2	7	3	5	7	—	4	46	
		国体	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	小計	3	1	8	12	—	6	10	9	11	13	5	5	83		
	頸動脈超音波検査	1	—	—	—	2	4	2	3	1	5	3	1	22		
	腹部・その他超音波検査	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	ホルター心電図検査	—	—	—	5	—	—	—	3	3	1	2	2	4	20	
	トレッドミル負荷試験(心肺負荷試験含)	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
マスター負荷心電図	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
呼吸機能検査	外来・健診	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
	SPS	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—		
生理機能検査小計		29	21	80	165	184	169	265	367	205	202	179	167	2,033		
合計		257	263	620	651	857	716	1,069	1,062	824	833	681	689	8,522		

表2 国体健診月別人数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
運動負荷試験あり	—	—	—	—	—	—	—	3	—	—	—	—	3
運動負荷試験なし	—	—	—	—	—	—	—	10	—	2	—	—	12
合計	—	—	—	—	—	—	—	13	—	2	—	—	15

*国民体育大会神奈川県代表選手の健康管理事業である。

*運動負荷試験は自転車エルゴメータにて実施した。

*新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、夏季鹿児島国体は中止となった。

表3 特定健康診査月別人数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
横浜市国民健康保険組合	—	—	3	5	3	3	15	5	5	3	6	8	56
各種社会保険組合	—	—	—	—	—	—	1	—	2	—	3	2	8
その他国民健康保険組合	—	—	—	—	—	—	1	—	—	—	—	—	1
合計	—	—	3	5	3	3	17	5	7	3	9	10	65

表4 減量・脂肪燃焼教室月別人数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
事前測定	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	—	—	8
効果測定	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	8	—	8
合計	—	—	—	—	—	—	—	8	—	—	8	—	16

*今年度より、3ヶ月完結コースのみの開催となった。

(ウ) 栄養

■SPS における栄養相談数

事前に郵送した食生活問診票を SPS 当日に回収し分析。その結果を印刷して当日に配布し、参加者全員へ 30 分程度の栄養講話で情報提供を行う。その後、希望者に対して個別栄養相談を 15 分程度行う。

表 1 食生活問診票ありの SPS 人数

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
一般	男性	—	—	1	5	10	3	4	8	6	1	6	3	47
	女性	—	—	3	4	10	9	14	13	6	11	19	7	96
高齢	男性	—	—	1	11	13	7	13	19	18	11	12	9	114
	女性	—	—	1	12	14	12	17	26	30	17	15	15	159
ジュニア	男性	—	—	—	1	2	8	16	—	—	—	1	1	29
	女性	—	—	—	—	—	12	5	—	—	—	2	1	20
合計	男性	—	—	2	17	25	18	33	27	24	12	19	13	190
	女性	—	—	4	16	24	33	36	39	36	28	36	23	275

表 2 SPS 個別栄養相談数及び SPS 実施数に対する割合 (%)

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	—	2	16	15	5	9	16	9	8	9	5	94
女性	—	—	4	13	13	14	19	15	16	21	17	14	146
合計	—	—	6	29	28	19	28	31	25	29	26	19	240
割合 (%)			100.0%	87.9%	57.1%	37.3%	40.6%	47.0%	41.7%	72.5%	47.3%	52.8%	51.6%

■内科外来依頼の栄養相談数

1 日分の食事記録をもとに相談を行う。期間は 3 か月で月 1 回 30 分行った。

表 3 月別受診者数及び初診・再診者数

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	月平均
男性	初診	—	—	—	—	—	—	—	1	1	—	1	2	5	0.4
	再診	—	2	1	—	1	2	2	1	1	1	1	2	14	1.2
女性	初診	1	—	—	1	—	—	1	1	—	—	2	1	7	0.6
	再診	1	2	5	2	5	3	3	3	3	2	5	3	37	3.1
合計		2	4	6	3	6	5	6	6	5	3	9	8	63	5.3

表 4 年齢別受診者数

(単位:人)

	～19歳	20～29歳	30～39歳	40～49歳	50～59歳	60～69歳	70～79歳	80歳～	合計
男性	1	—	—	—	16	—	2	—	19
女性	—	1	—	1	4	17	18	3	44
合計	1	1	—	1	20	17	20	3	63

表5 疾患別食事療法集計

(単位:人)

	高脂血症	糖尿病	高血圧	高脂血症 糖尿病	高脂血症 高血圧	高脂血症 糖尿病 高血圧	高血圧 糖尿病	その他	合計	男女比
要減量(男性)	8	—	—	—	6	—	—	1	15	23.8%
要減量(女性)	8	—	—	5	4	—	1	6	24	38.1%
比率	41.0%	0.0%	0.0%	12.8%	25.6%	0.0%	2.6%	17.9%	100.0%	61.9%
減量不要(男性)	—	—	1	—	2	—	—	1	4	6.3%
減量不要(女性)	7	3	—	—	9	—	—	1	20	31.7%
比率	29.2%	12.5%	4.2%	0.0%	45.8%	0.0%	0.0%	8.3%	100%	38.1%
合計	23	3	1	5	21	—	1	9	63	100%

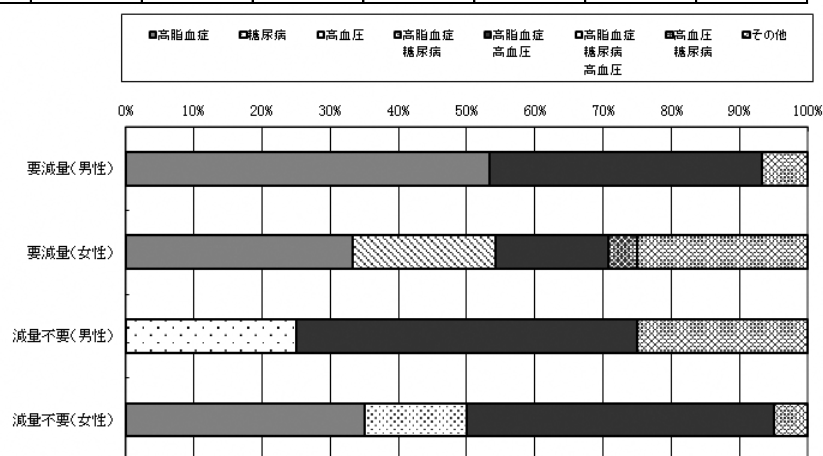
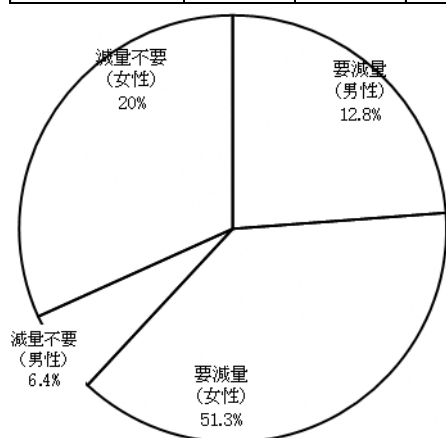


表6 特定保健指導月別受診者数

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
積極的 支援	男性	—	—	1	2	—	—	—	—	3	—	—	2	8
	女性	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	2	1	4
動機付け 支援	男性	—	—	2	2	4	3	—	1	4	4	3	13	36
	女性	—	—	3	4	4	5	2	3	1	1	2	5	30
合計		1	—	6	8	8	8	2	4	8	5	7	21	78

■その他

表7 スポーツ選手個別栄養相談数

(単位:人)

	男性	女性	合計
神奈川県スケート連盟(フィギュアスケートJr)	—	—	—

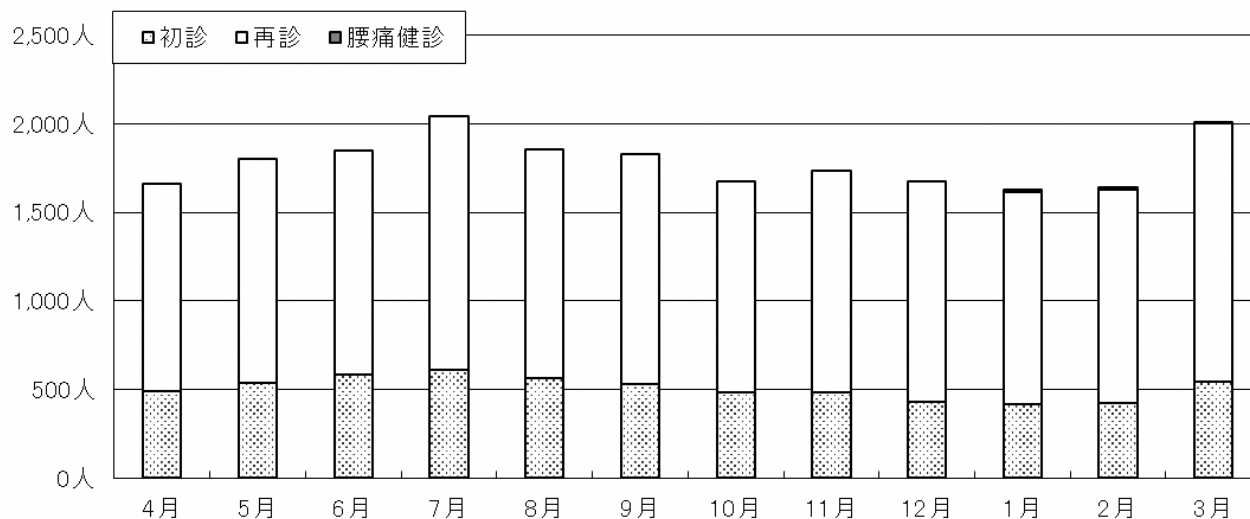
※今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、中止となった。

②整形外科
 (7) 整形外科

表1 整形外科月別受診者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
初診	491	534	580	610	564	526	482	481	432	417	422	546	6,085
再診	1,170	1,269	1,265	1,431	1,288	1,303	1,193	1,251	1,245	1,196	1,203	1,456	15,270
腰痛健診										11	16	8	35
合計	1,661	1,803	1,845	2,041	1,852	1,829	1,675	1,732	1,677	1,624	1,641	2,010	21,390



※初診は前回の受診からおおよそ3か月以上経過した受診者を含む。

(イ)放射線

表1 磁気共鳴画像 (MRI) 検査数

(単位: 件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
頭・頸部	1	—	1	1	1	1	5	4	2	1	4	1	22
MRA	—	—	—	1	1	1	—	1	1	1	—	3	9
頸椎	1	—	1	4	1	4	6	3	3	2	3	3	31
胸椎	—	—	—	1	1	1	1	—	—	—	—	—	4
腰仙椎	12	7	11	21	19	16	22	15	28	17	16	18	202
脊椎合計	13	7	12	26	21	21	29	18	31	19	19	21	237
胸部	—	—	1	1	—	2	—	1	—	—	—	—	5
腹部	—	—	—	1	—	—	—	—	—	—	—	—	1
骨盤	—	1	2	2	4	3	3	3	2	1	2	—	23
股関節	1	3	2	3	9	7	5	5	6	9	6	4	60
肩関節	7	2	10	16	12	18	24	20	17	10	9	18	163
躯幹合計	8	6	15	23	25	30	32	29	25	20	17	22	252
肘関節	—	—	3	3	6	5	5	7	7	2	3	4	45
手関節	—	—	1	3	—	2	2	—	3	—	3	—	14
膝関節	26	30	48	54	56	58	63	57	47	53	64	75	631
足関節	—	—	3	5	5	4	3	9	7	5	9	4	54
上・下肢	5	1	4	14	26	27	26	28	18	22	13	19	203
四肢合計	31	31	59	79	93	96	99	101	82	82	92	102	947
総件数	53	44	87	130	141	149	165	153	141	123	132	149	1,467
撮像件数	381	356	634	921	1,013	1,069	1,228	1,099	1,018	901	978	1,098	10,696
総人数	53	44	87	130	140	148	165	153	141	123	130	148	1,462

※総件数は同日2部位検査を含むため延べ数である。

※MRAは主に頭部(脳)である。頸部、全下肢含む。

図1 磁気共鳴画像 (MRI) 検査 部位別件数・割合

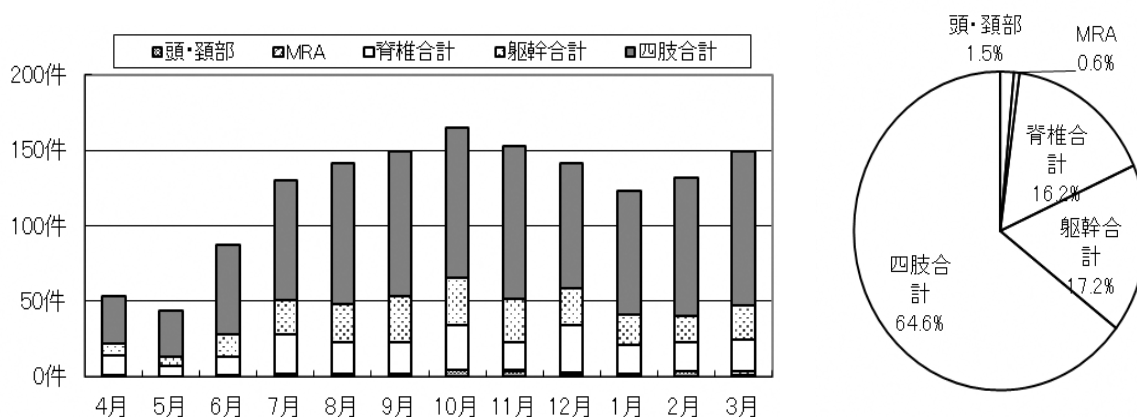


表2 X線一般撮影 (CR) 検査数

(単位: 件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
SPS胸部・手部	2	—	18	90	142	61	94	105	94	110	54	82	852
頸椎	5	12	23	26	30	23	37	24	15	25	29	37	286
胸・腰仙椎	44	52	85	118	97	100	126	101	86	105	85	123	1,122
脊椎合計	49	64	108	144	127	123	163	125	101	130	114	160	1,408
頭部	—	—	—	—	1	—	—	—	—	—	—	—	1
胸部	13	15	25	7	10	22	29	23	32	24	11	18	229
腹部	1	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	1
骨盤・股関節	28	49	74	96	93	95	110	99	82	69	87	82	964
躯幹合計	42	64	99	103	104	117	139	122	114	93	98	100	1,195
肩関節	33	18	54	58	75	81	78	56	54	55	51	66	679
肘関節	24	18	48	38	62	47	63	43	53	43	57	53	549
手関節	12	5	22	25	33	41	42	30	29	28	24	22	313
膝関節	91	117	176	210	219	257	259	235	207	270	226	294	2,561
足関節	28	21	47	47	70	63	73	71	49	119	69	71	728
上・下肢	49	40	109	132	177	204	220	145	147	208	160	212	1,803
四肢合計	237	219	456	510	636	693	735	580	539	723	587	718	6,633
部位件数	330	347	681	847	1,009	994	1,131	932	848	1,056	853	1,060	10,088
総人数	212	229	465	574	704	650	733	653	614	589	552	707	6,682

※上・下肢は胸骨・肋骨・鎖骨等含む。

図2 X線一般撮影 (CR) 検査 部位別件数・割合

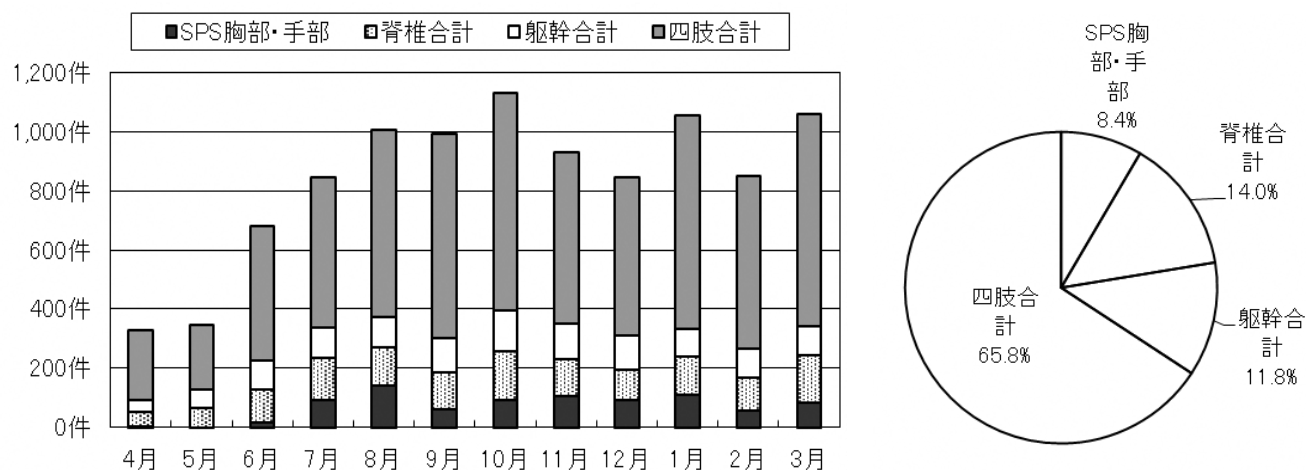


表3 パワーアップMRI・減量教室 部位別件数

(単位: 件)

腹部	大腿	下腿	上腕	合計
16	—	—	—	16

表 4 骨量測定 (DEXA) 検査 月別・部位別件数

(単位: 件)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
腰椎	2	3	7	7	10	17	13	20	18	10	14	15	136
大腿骨・前腕	3	5	10	8	18	28	15	24	22	15	17	24	189
全身骨・体組成	—	—	—	1	—	—	—	1	—	—	—	—	2

③リハビリテーション科

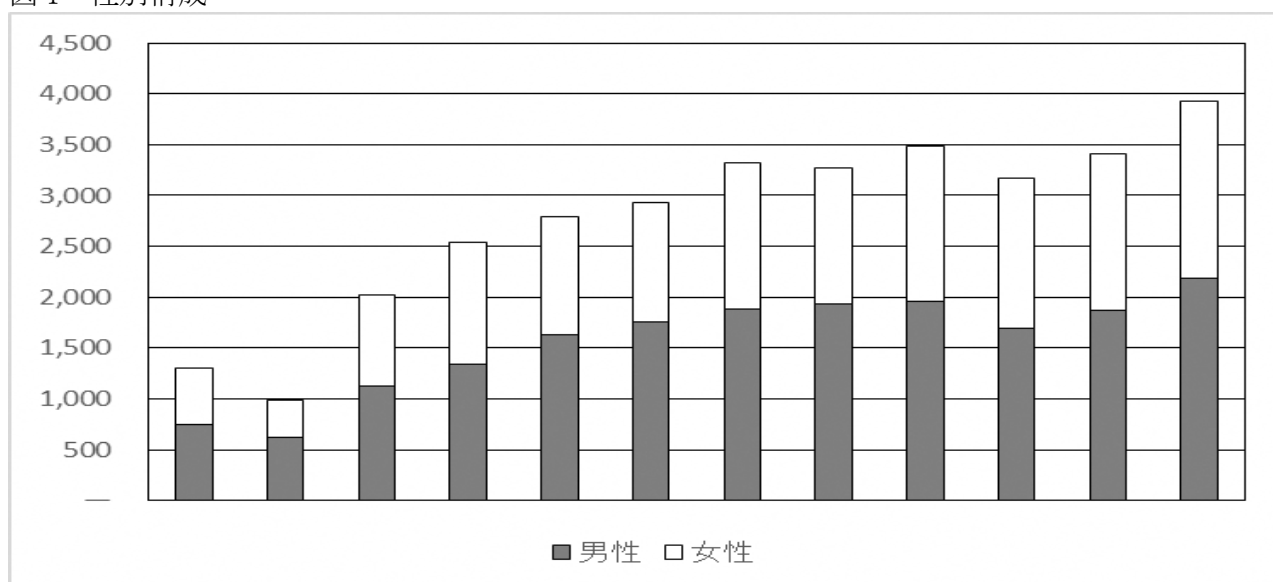
表 1 月別利用状況

(単位: 人)

(単位: 点)

	診療 日数	男性	女性	合計	対 応 疾患数	新患者	保険点数(点)			
							運動器リハ I	消炎鎮痛処置	固定	総合実施計画書
4月	21	752	545	1,297	1,931	107	995	302	—	499
5月	20	616	374	990	1,375	138	756	232	—	379
6月	21	1,121	903	2,024	2,987	279	1,543	479	—	603
7月	21	1,344	1,197	2,541	3,844	303	1,957	583	—	713
8月	21	1,629	1,166	2,795	4,245	373	2,056	739	—	765
9月	20	1,756	1,171	2,927	4,661	356	2,200	725	—	814
10月	23	1,879	1,442	3,321	5,275	448	2,399	921	—	836
11月	20	1,934	1,337	3,271	5,316	372	2,330	939	—	909
12月	20	1,958	1,527	3,485	5,642	310	2,487	992	—	904
1月	19	1,697	1,470	3,167	5,314	298	2,286	875	—	832
2月	19	1,867	1,548	3,415	5,800	339	2,523	886	—	877
3月	21	2,182	1,750	3,932	6,693	398	2,900	1,029	—	952
合計	246	18,735	14,430	33,165	53,083	3,721	24,432	8,702	—	9,083
月平均		1,561.25	1,202.50	2,763.75	4,423.58	310.08	2,036	725	—	757
日平均		76	59	135	216	15	99	35	—	0

図 1 性別構成



(3) メディカルエクササイズコース (MEC)

MEC は、SPS や内科・整形外科外来の疾患患者で、医師の運動処方に基づき、有酸素運動やほぐし、ストレッチング、筋力トレーニングなどを行う運動療法である。このコースでは、疾病の改善と運動機能の向上を図ることを目的に実施している。

■対象者

SPS 参加者や外来受診者で、軽度の内科的疾患または予備軍であり、医師が運動の実践で改善が見込まれると判断した方。もしくは主に腰背部・膝関節周囲部に疾患があり、医師が軽度な運動で改善が見込まれると判断した方。

■実施内容

- ・アリーナコース (大アリーナ・トレーニングルーム・MEC ルーム・ライブラリー)
医師の指示に基づき、主に有酸素運動や筋力トレーニングを行う。
- ・プールコース (25mプール)
医師の指示に基づき、水中で運動を行う。

■実施時間

1回 90分

■実施日 (○印：実施日) (日曜日・祝日と火曜日は休診日のため実施なし)

コース	時間	月	火	水	木	金	土	日
アリーナコース (有酸素運動)	9:45~11:15	○	—	—	○	—	○	—
	13:15~14:45		—	○	○	○	—	—
プールコース	11:00~12:30	○	—	○	○	○	○	—
	13:30~15:00		—	○	○	○	—	—

コース	時間	月	火	水	木	金	土	日
アリーナコース (膝・腰)	9:00~10:30	○	—	○	○	○	○	—
	11:00~12:30	○	—	○	○	○	○	—
	13:00~14:30	○	—	○	○	○	○	—

■定員

新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため、アリーナコースの有酸素運動は1回 20→6人、膝・腰は1回 18→20→10人、プールコースは1回 30→5人に変更して開催した。

■参加方法

参加基準並びに参加種類 (アリーナコース・プールコース) は医師が決定し、参加者は定期的な外来診察を受ける。

■参加料金

1回 1,530円 (税込み・医療費控除対象)

表1 MEC アリーナコース月別・男女別参加者数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	—	51	99	122	135	159	137	126	115	131	157	1,232
女性	—	—	113	263	348	359	414	350	349	330	347	437	3,310
合計	—	—	164	362	470	494	573	487	475	445	478	594	4,542

図1 MEC アリーナコース年代構成

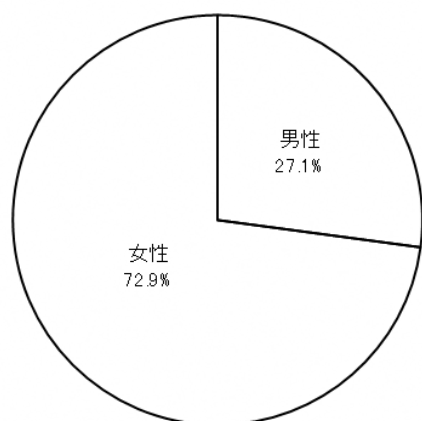
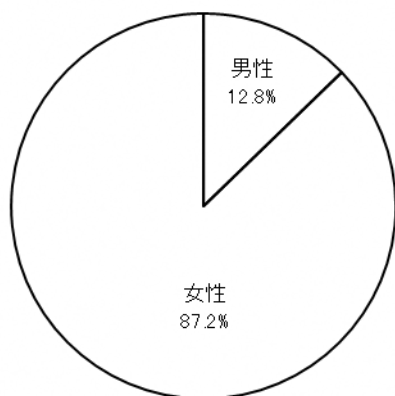


表2 MEC プールコース月別・男女別参加者数

(単位:人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	—	—	2	7	10	21	21	14	23	25	22	145
女性	—	—	—	50	102	120	147	131	93	105	112	131	991
合計	—	—	—	52	109	130	168	152	107	128	137	153	1,136

図2 MEC プールコース性別構成



(4) スポーツ教室・健康教室・目的別教室

①スポーツ教室

スポーツ医科学センターでは、幼児・児童は運動能力の発達と競技力の向上を、成人は健康・体力の維持増進を目的として体操・水泳・トレーニングのスポーツ教室を開催している。

(ア)体操教室

コース	実施曜日	内容
幼児	月・水・木・金・土・日	マット運動・跳び箱・鉄棒などで、敏捷性、平衡感覚、柔軟性を身につけるコース。
児童	月・水・木・金・土・日	個人の基礎体力に合わせて、無理なく運動能力を向上させるとともに、体操の基礎からバク転などの高度な技も練習するコース。
選手	月・水・木・金・土・日	体操選手として必要な体力、技術、精神面などを基本から学び、選手として活躍できるよう育成するコース。

表1 体操教室月別・男女別参加者数

(単位：人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
幼児	男性	—	—	—	157	175	203	240	238	199	251	255	255	1,973
	女性	—	—	—	130	148	136	184	185	148	183	209	213	1,536
	小計	—	—	—	287	323	339	424	423	347	434	464	468	3,509
児童	男性	—	—	—	384	344	376	434	417	341	423	430	419	3,568
	女性	—	—	—	435	415	400	449	447	350	454	480	472	3,902
	小計	—	—	—	819	759	776	883	864	691	877	910	891	7,470
選手	男性	—	—	325	422	393	356	419	427	318	436	421	483	4,000
	女性	—	—	380	463	464	439	489	474	349	479	475	507	4,519
	小計	—	—	705	885	857	795	908	901	667	915	896	990	8,519
合計		—	—	705	1,991	1,939	1,910	2,215	2,188	1,705	2,226	2,270	2,349	19,498

(イ)水泳教室

コース	実施曜日	内容
幼児	月・水・木・金・土・日	水への恐怖心をなくし、水慣れ(潜る・浮く)からバタ足など水泳の基礎を練習し、楽しく基本練習を行うコース。
児童・基礎	月・木・土・日	水泳の基本となる水慣れ(潜る・浮く)からバタ足を練習し、クロールと背泳ぎの2泳法を無理なくマスターするコース。
児童・応用	水・金・土・日	クロール・背泳ぎを反復練習して泳力と泳法を向上するとともに平泳ぎとバタフライの4泳法をマスターするコース。
児童・育成	月・木	クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライの4泳法を練習しながら、さらなる水泳技術と泳力の向上を目指すコース。
成人・基礎	月・木・土	水泳をはじめて練習される方からクロール・背泳ぎをマスターしたい方、泳力を向上させたい方のコース。
成人・応用	月・水・木・金・土	クロール・背泳ぎができる方を対象とし、4泳法をマスターして、さらに泳法・泳力の向上を目指すコース。
マスターズ	木・日	自由形で50m以上の泳力がある方を対象とし、泳法・泳力の向上と距離やタイムにもチャレンジするコース。
選手	月・水・木・金・土	水泳選手として必要な体力・技術・精神面などを基本から学び、選手として活躍できるよう育成するコース。
アクアビクス	水・金	水中で音楽に合わせて有酸素運動を行うコース。
ワンポイントアドバイス	予約制	スイムミルを利用して、スイミングフォームを撮影し、水泳指導員がアドバイスを行う。

表2 水泳教室月別・男女別参加者数

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
幼児	男性	—	—	—	—	83	87	116	140	113	162	174	169	1,044
	女性	—	—	—	—	59	74	104	122	90	118	141	139	847
	小計	—	—	—	—	142	161	220	262	203	280	315	308	1,891
児童	男性	—	—	—	—	459	486	560	591	443	566	574	549	4,228
	女性	—	—	—	—	386	368	431	446	341	421	408	371	3,172
	小計	—	—	—	—	845	854	991	1,037	784	987	982	920	7,400
成人 マスターズ	男性	—	—	—	—	31	40	34	37	21	35	43	47	288
	女性	—	—	—	—	194	200	251	269	188	240	241	257	1,840
	小計	—	—	—	—	225	240	285	306	209	275	284	304	2,128
選手	男性	—	—	—	113	212	220	204	208	140	219	237	221	1,774
	女性	—	—	—	104	214	206	235	209	192	227	237	260	1,884
	小計	—	—	—	217	426	426	439	417	332	446	474	481	3,658
アクアビクス	男性					4	3	4	—	—	—	—	—	11
	女性	—	—	—	—	4	4	19	19	12	15	20	19	112
	小計	—	—	—	—	8	7	23	19	12	15	20	19	123
ワンポイント アドバイス	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	小計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
合計		—	—	—	217	1,646	1,688	1,958	2,041	1,540	2,003	2,075	2,032	15,200

(ウ) トレーニング教室

コース	実施曜日	内容
筋力向上・姿勢改善教室 旧名称：ウェルラウンド (16歳以上)	月(PM)・水・木(PM)・金・土(PM)	SPSの結果に基づいて、個々人に合わせた運動メニュー(有酸素運動・筋力トレーニング・ストレッチング等)を行い、健康・体力の維持・向上を図るコース。

表1 トレーニング教室月別・男女別参加者数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	—	—	169	158	159	202	184	167	169	173	213	1,594
女性	—	—	—	184	154	193	238	198	185	178	220	261	1,811
小計	—	—	—	353	312	352	440	382	352	347	393	474	3,405

(エ) スポーツ教室イベント

体操選手コース休講日特別練習会	休講日を活用し、体操選手コース会員を対象とした特別練習会を開催	令和2年11月22日(日)	体操選手コース会員	15
冬休み特別外部強化練習会	施設点検でプールが使用できない期間、水泳選手コース在籍者を対象に、特別練習会を開催	令和2年12月25日(金)から28日(金)	水泳選手コース会員	47
クリスマス新技発表会	体操選手コース会員による新技の発表会	令和2年12月23日(水)から25日(金)	体操選手コース会員	113
第4回GRADUATIONカップ	体操選手コース会員を対象に、審判による判定を含む競技会形式の発表会	令和3年3月29日(月)	体操選手コース会員	47

②健康教室

健康教室は、スポーツ（運動）実施のきっかけづくりとスポーツの振興を目的として、年間を4期に分けて開催している。

コース	定員	内容
太極拳 (16歳以上)	50人	練功十八法を準備運動に取り入れ、太極拳の基礎を行う。
社交ダンス (16歳以上)	男女各 25人	ワルツ・タンゴ・ブルース・チャチャチャなど、社交ダンスの基礎を行う。
フラダンス (16歳以上)	女性 50人	歌詞の意味を手足や表情で表し、基礎から一曲ずつマスターする。
健康ヨガ火曜・水曜・ 金曜 (16歳以上)	50人 金曜のみ80人	姿勢・動作・呼吸法など、ヨガの基礎を行う。 (すべて同じ内容で実施)
ピラティス水曜・木曜 (16歳以上)	50人	ゆったりとした正しい動きで体幹を意識し、腰痛や骨盤の歪みを改善する。
シェイプアップボクシング (16歳以上)	30人	ボクシングエクササイズを行うことで、血液の循環を良くし、心肺機能を高め、有酸素運動で脂肪燃焼させる。
親子リトミック (教室開催時に2～3歳 児の子どもと保護者)	16組	親子でリズムに合わせて体を動かす。楽しみながら体力づくりや仲間づくりをする。
骨盤調整月曜・火曜 (16歳以上)	月曜35人 火曜30人	骨盤を動かし、全身の調整を行う。からだの歪みを整え、引き締めの体操でコンディションを整える。
大人のためのコンディショニング水曜・金曜 (16歳以上)	各30人	日常使っていない筋力を維持・増進しバランス感覚を養う。ハガキではなく、電話での申込みになる。
シェイプアップエクササイズ (16歳以上)	30人	ソフトエアロで脂肪燃焼し、ダンベル等の用具で身体を引き締め、ストレッチで身体と心をリラックスしていく。
ハワイアンキルト (16歳以上)	15人	初めての方でも気軽に作れるハワイアンキルトを1期に2作品作成する。
機能改善ヨガ (16歳以上)	80人	ポーズごとに機能を活性化するための簡単なエクササイズを行い、効果を深く感じながら身体を整える。

※新型コロナウイルス感染症予拡大防止対策のため、当日受付教室の火曜日コースは、開催を中止した。

表1 健康教室月別・男女別参加者数

(単位:人)

		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
骨盤調整 (月)	男性	—	—	—	—	—	—	4	8	4	5	10	6	37
	女性	—	—	—	—	—	—	21	38	19	18	30	14	140
	小計	—	—	—	—	—	—	25	46	23	23	40	20	177
親子リトミック	男性	—	—	—	—	—	—	8	16	8	—	6	15	53
	女性	—	—	—	—	—	—	16	28	16	—	24	34	118
	小計	—	—	—	—	—	—	24	44	24	—	30	49	171
骨盤調整 (火)	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	小計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
健康ヨーガ (火)	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	女性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	小計	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
健康ヨーガ (水)	男性	—	—	—	—	—	—	3	3	3	3	4	3	19
	女性	—	—	—	—	—	—	32	32	27	26	34	27	178
	小計	—	—	—	—	—	—	35	35	30	29	38	30	197
太極拳	男性	—	—	—	—	—	—	12	18	14	15	20	15	94
	女性	—	—	—	—	—	—	15	23	18	15	17	14	102
	小計	—	—	—	—	—	—	27	41	32	30	37	29	196
コンディショニング(水)	男性	—	—	—	—	—	—	14	13	8	15	15	15	80
	女性	—	—	—	—	—	—	29	27	16	33	28	35	168
	小計	—	—	—	—	—	—	43	40	24	48	43	50	248
フラダンス	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	女性	—	—	—	—	—	—	65	63	57	79	63	60	387
	小計	—	—	—	—	—	—	65	63	57	79	63	60	387
ピラティス (木)	男性	—	—	—	—	—	—	10	10	7	9	6	6	48
	女性	—	—	—	—	—	—	34	32	27	42	33	29	197
	小計	—	—	—	—	—	—	44	42	34	51	39	35	245
機能改善 ヨーガ	男性	—	—	—	—	—	—	2	3	3	3	4	3	18
	女性	—	—	—	—	—	—	34	43	34	36	42	26	215
	小計	—	—	—	—	—	—	36	46	37	39	46	29	233
健康ヨーガ (金)	男性	—	—	—	—	—	—	3	4	3	6	8	6	30
	女性	—	—	—	—	—	—	54	73	20	38	57	42	284
	小計	—	—	—	—	—	—	57	77	23	44	65	48	314
シェイプアップ ボクシング	男性	—	—	—	—	—	—	4	6	6	4	6	6	32
	女性	—	—	—	—	—	—	17	25	18	13	20	14	107
	小計	—	—	—	—	—	—	21	31	24	17	26	20	139
コンディショニング(金)	男性	—	—	—	—	—	—	3	2	2	7	8	6	28
	女性	—	—	—	—	—	—	25	24	14	16	16	16	111
	小計	—	—	—	—	—	—	28	26	16	23	24	22	139
ハワイアンキ ルト	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
	女性	—	—	—	—	—	—	12	12	11	6	5	2	48
	小計	—	—	—	—	—	—	12	12	11	6	5	2	48
合計		—	—	—	—	—	—	417	503	335	389	456	394	2,494

③目的別教室

目的別教室は、日常的な運動の必要性と食事の改善等を指導しながら安全に減量を行う「減量・脂肪燃焼教室」と、肩や肘に痛みを訴える少年野球選手を減少させることを目的とした「ケガ予防のための少年野球クリニック等を開催している。

なお、新型コロナウイルス感染症予防のため、目的別教室の開催を中止した。

(ア)減量・脂肪燃焼教室

概要	この教室は、個人にあった運動や食生活の改善により、体脂肪や内臓脂肪を減らし、生活習慣病の予防改善を図ることを目的としている。教室参加前と終了時に腹部MRIの撮影で脂肪量を測定するのが特徴である。医師・科学員・管理栄養士・運動指導員が、SPS（メディカルとフィットネスチェック）の検査（事前と最終回に実施）や測定結果に応じて、日常生活の見直しを行いながら、運動や栄養の指導を行っている。
対象	15歳以上（中学生は除く）
実施期間・定員	令和2年11月2日～令和3年2月27日 定員8名
運動指導の内容	<ul style="list-style-type: none"> ・週3回の運動実践（月曜・水曜・土曜） ・毎週水曜日にエアロビクス・エクササイズを中心とした有酸素運動（30～40分程度）、筋力系エクササイズ、ストレッチング ・自宅メニューの作成（1週間単位） ・自宅での運動の有無や内容・歩数などについては、個々人の記録を提出していただいた後、ヒヤリングをしながら指導
栄養指導の内容	<ul style="list-style-type: none"> ・集団講義は月1回実施 約30分 ・個別相談は予約制で1回1人30分として参加者全員1回以上実施 ・教室期間中の自宅メニュー（食事・間食等の記録）とSPSの結果をもとに個々の食生活を見直して目標を決める

表1 減量・脂肪燃焼教室月別・男女別参加者数

（単位：人）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
男性	—	—	—	—	—	—	—	1	1	1	1	1	5
女性	—	—	—	—	—	—	—	7	7	7	7	7	35
合計	—	—	—	—	—	—	—	8	8	8	8	8	40

(イ)ケガ予防のための「少年野球」クリニック

概要	肩や肘に痛みを訴える少年野球選手を減少させることを目的に、専門スタッフから「フォームチェック」「トレーニング方法」を直接学ぶ。小学生対象は年10回実施、中学生対象は年5回実施。
対象	小・中学生の野球選手及び保護者・指導者（チーム対象も実施）
定員	各30名（小・中学生15名、大人15名）
実施内容	野球選手に起こる肩や肘のケガについてのセミナー実施 個々に超音波検査・全身理学所見の評価・フォームチェックを実施 個人の身体の状態に合わせたトレーニング方法を指導

表1 ケガ予防のための「少年野球」クリニック参加者数

事業名	区分	(単位:人)												計	
		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
少年野球クリニック(小学生)	子ども	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計(人数)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
少年野球クリニック(中学生)	子ども	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計(人数)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
少年野球クリニック(チーム編)	子ども	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計(人数)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

(ウ) トレーニングルームにおける目的別教室

名称	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
ボディメイク・筋力アップ教室	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
ストレッチング&体幹トレーニング	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

④ その他教室・イベント

「横浜元気!!スポーツ・レクリエーションフェスティバル2020」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため開催を中止した。

体操選手コース休講日特別練習会	休講日を活用し、体操選手コース会員を対象とした特別練習会を開催	令和2年11月22日(日)	体操選手コース会員	15
冬休み特別外部強化練習会	施設点検でプールが使用できない期間、水泳選手コース在籍者を対象に、特別練習会を開催	令和2年12月25日(金)から28日(金)	水泳選手コース会員	47
クリスマス新技発表会	体操選手コース会員による新技の発表会	令和2年12月23日(水)から25日(金)	体操選手コース会員	113
第4回GURADUATIONカップ	体操選手コース会員を対象に、審判による判定を含む競技会形式の発表会	令和3年3月29日(月)	体操選手コース会員	47

(5) 健康に関する講座・講演等事業

高木 久見子（管理栄養士）らが講師となり、それぞれの専門的な観点から健康やスポーツなどに関する講演会を行った。

表 1 講演実績

実施日	講師	内容	依頼先	実施場所	人数
7/1	高木管理栄養士	介護予防業務研修①基礎編	横浜市保健福祉局	横浜市技能福祉会館	80
7/17	高木管理栄養士	介護予防業務研修①基礎編	横浜市保健福祉局	横浜市健康福祉総合センター	80
9/23	高木管理栄養士	スポーツマネジメント科特別授業①	横浜市商業高校	横浜市商業高校	45
9/30	高木管理栄養士	スポーツマネジメント科特別授業②	横浜市商業高校	横浜市商業高校	45
10/18	高木管理栄養士	スポーツリーダー養成講座	横浜市スポーツ協会	横浜市スポーツ協会健康づくり課	100
11/11	高木管理栄養士	桜宮高校サイエンスコース実習オンライン栄養講習	桜宮高校	横浜市スポーツ医科学センター	40
12/9	高木管理栄養士	新横浜ウェルネスセンター主催オンラインセミナー	バイオコミュニケーションズ株式会社	新横浜ウェルネスセンター	100
1/26	高木管理栄養士	スペース杉田オンライン栄養セミナー	スペース杉田	横浜市スポーツ医科学センター	10

(6) 市からの委託事業

①腰痛予防事業（委託者：横浜市資源循環局）

ごみ収集作業等に従事する職員を対象に、腰痛症等の予防を目的として、腰痛予防に関する講義と、運動指導等を行う事業を受託した。

■実施内容

腰痛予防に関する講義と運動指導

表1 運動指導実績

内容	日時	会場	参加者数
腰痛予防講義 運動指導①	令和3年2月10日	資源循環局 戸塚事務所	49
腰痛予防講義 運動指導②	令和3年2月17日	資源循環局 港北事務所	
腰痛予防講義 運動指導③	令和3年2月12日	資源循環局 青葉事務所	

(1) スポーツ指導者養成

① スポーツ医科学研修

横浜市ジュニア競技力向上事業の一環として、医師やスポーツ科学員などの専門職員が講師となり、スポーツ医科学に関する知識を持つ指導者を養成するとともに、指導者養成の基本的なカリキュラムやテキスト、指導プログラムの作成などを行った。

尚、研修についての詳細は横浜市ジュニア競技力向上事業のページに記載した。

② 横浜市スポーツ・レクリエーション人材養成講座

横浜市スポーツ協会が実施する指導者養成講座で専門職員による講座を行った。

講演日	講師	内容	依頼先	講演場所	参加者数
6/5	高木 明彦	スポーツ指導者に必要な医学的知識	横浜市スポーツ協会地域スポーツ課	スポーツ医科学センター	70

(2) スポーツ医科学に関する研究

① 著書等

種別	著書名	出版社	出版年	論文名	執筆者	職種
テレビ	横浜市広報テレビ番組「ハマナビ」	TVK	2020/9	『体も心も健やかに！ハマの健康スポット』（自宅でできるトレーニングの実演指導）	福田 渉	スポーツ科学員
テレビ	ぎゅっとヨコハマ	（横浜市の広報動画）	2021/1	当センターの紹介（SPS 体験取材の対応）	今川 泰憲 福田 渉	スポーツ科学員
雑誌	ランニングマガジン「クリアール」	ベースボールマガジン	2021/2	ランナーのための減量の基礎知識	今川 泰憲	スポーツ科学員
書籍	軟部組織損傷・障害の病態とリハビリテーション	メジカルビュー社	2020	軟部組織損傷・障害の病態とリハビリテーション IV筋 1 基礎科学 2 病態と回復過程	永野 康治	理学療法士
書籍	膝のスポーツリハビリテーション	日本医事新報社	2021	膝関節のバイオメカニクス	窪田 智史	理学療法士
書籍	整形外科医のための膝のスポーツ診療のすべて	日本医事新報社	2021	膝関節のバイオメカニクス	窪田 智史	理学療法士
書籍	軟部組織損傷・障害の病態とリハビリテーション -組織特性に基づくアプローチ法の構築	メジカルビュー社	2021	軟部組織損傷・障害の病態とリハビリテーション -組織特性に基づくアプローチ法の構築	窪田 智史	理学療法士
総説・解説	Sportsmedicine	ナッパ	2020	大学部活動へのサポート	永野 康治	理学療法士
総説・解説	臨床スポーツ医学	文光堂	2020	アキレス腱障害に対する運動療法	窪田 智史	理学療法士
総説・解説	理学療法	メディカルプレス	2020	投球障害肩に対する理学療法診断の進め方	田中 大夢	理学療法士

②講演等

主催団体・研修等	開催日	タイトル	講師	職種
第4回介護予防運動指導員養成講座	2020/9/26	『介護予防統計学』	吉久 武志	スポーツ科学員
スポーツリーダー養成講座	2020/10/18	『トレーニング論』	吉久 武志	スポーツ科学員
第5回介護予防運動指導員養成講座	2020/11/28	『介護予防統計学』	吉久 武志	スポーツ科学員
新横浜ウェルネスセンター	2021/2/9	『体力づくりのプロがすすめる！運動と食事』 (講義) コロナの自粛期間による活動量の変化と身体への影響について	小柳 玲乃	スポーツ科学員
横浜市保健福祉局・介護予防業務研修①	2020/7/1	高齢者の低栄養予防	高木 久見子	管理栄養士
横浜市保健福祉局・介護予防業務研修①	2020/7/17	高齢者の低栄養予防	高木 久見子	管理栄養士
横浜商業高校スポーツマネジメント科・特別授業①	2020/9/23	体作りの基本は食事・栄養から①	高木 久見子	管理栄養士
横浜商業高校スポーツマネジメント科・特別授業②	2020/9/30	体作りの基本は食事・栄養から②	高木 久見子	管理栄養士
横浜市スポーツ協会・スポーツリーダー養成講座	2020/10/18	スポーツと栄養	高木 久見子	管理栄養士
桜宮高校サイエンスコース・サイエンスコース実習	2020/11/11	食事の変化で体は変わる	高木 久見子	管理栄養士
バイオコミュニケーションズ株式会社・オンラインセミナー	2020/12/9	コロナ禍における食生活見直しの重要性	高木 久見子	管理栄養士
横浜市スポーツ協会・スペース杉田オンライン栄養講習会	2021/1/26	コロナ禍における食生活見直しの重要性	高木 久見子	管理栄養士
横浜商業高校	2020/9/4	下肢のスポーツ障害とその予防	小林 優理亜	理学療法士
横浜商業高校	2020/10/30	上肢のスポーツ障害とその予防	田中 大夢	理学療法士
横浜商業高校	2020/10/16	テーピング実技	小林 優理亜 青山 真希子	理学療法士
横浜商業高校	2020/10/27	テーピング実技	小林 優理亜 青山 真希子	理学療法士

主催団体・研修等	開催日	タイトル	講師	職種
横浜商業高校	2020/11/4	テーピング実技	田中 大夢 青山 真希子	理学療法士
横浜商業高校	2020/11/27	体幹のスポーツ障害とその予防	藤堂愛	理学療法士
公益財団法人 全日本スキー連盟	2018～	競技本部専門委員（情報・医・科学部）	吉久 武志	スポーツ 科学員

③学会

学会名	開催日	タイトル	発表者	職種
第7回日本スポーツ理学療法学会学術集会	2021/1/24	中学生における運動器疾患既往歴の有無と下肢柔軟性および姿勢の関連性	窪田 智史	理学療法士
第7回日本スポーツ理学療法学会学術大会	2021/1/24	学童期野球選手の予防クリニックにおける指導の長期効果	田中 大夢	理学療法士
第12回日本関節鏡・膝・スポーツ整形外科学会	2020/12/17-19	ACL再建術後に反対側ACLを損傷した症例の両脚着地動作の特徴	中田 周兵	理学療法士

④社会的活動

主催団体	受任期間	内容	受任者	職種
公益財団法人日本障がい者スポーツ協会 日本パラリンピック委員会医科学情報スタッフ（栄養）		パラリンピック選手の栄養管理・栄養サポート 遠征（国内・海外）帯同	高木 久見子	管理栄養士
公益財団法人日本スケート連盟フィギュアスケート 医科学ワーキンググループ（栄養士）		フィギュアスケート選手の栄養管理・栄養サポート 国内合宿帯同	高木 久見子	管理栄養士
（公財）神奈川県スポーツ協会	2004～	スポーツ医科学委員会トレーナー部会員	鈴木 仁人	理学療法士
（公社）神奈川県理学療法士会	2020～ 2020～ 2020～ 2017～	理事 健康増進部部長 スポーツ支援部副部長 スポーツ支援部部員	鈴木 仁人 中田 周兵 玉置 龍也 青山 真希子	理学療法士
（公財）日本スポーツ協会	2010～	公認アスレティックトレーナー 専門科目 検定試験総合実技試験 WG 委員	鈴木 仁人	理学療法士
横浜ビー・コルセアーズ（bリーグ）	2017～ 2014～	トレーナーアドバイザー メディカルトレーナー	玉置 龍也 中田 周兵	理学療法士
（公財）日本スポーツ協会	2012～ 2015～ 2015～ 2016～	公認アスレティックトレーナー 養成講習会 専門科目 3期集合講習会 講師	鈴木 仁人 玉置 龍也 永野 康治 塩田 真史	理学療法士
（公財）日本スポーツ協会	2011～ 2015～ 2016～ 2018～	公認アスレティックトレーナー 専門科目 検定試験総合実技試験 検定員	永野 康治 玉置 龍也 塩田 真史 國次 聡史	理学療法士
日本ソフトテニス連盟	2020～	トレーナー部会員 スポーツ科学部会員	永野 康治	理学療法士
（公財）日本陸上競技連盟	2018～	トレーナー部トレーナー	柴田 真子	理学療法士
横浜F・マリノス（Jリーグ）	2020～	トップチームトレーナー	菊川 大輔	理学療法士
（一社）日本ゴールボール協会	2019～	強化部トレーナー	藤堂 愛	理学療法士
（公財）日本オリンピック委員会	2020～	日本オリンピック委員会強化スタッフ（医・科学スタッフ/体操競技）	小林 優理亜	理学療法士

(3) 情報の収集及び提供

①SPORTS よこはま

横浜市スポーツ協会で発行している機関紙「SPORTS よこはま」において、健康に関する情報提供やスポーツに関するコラムを掲載した。

表 1 掲載実績

発行月	執筆者	タイトル	テーマ	職種
2月号	福田 渉	—	ウォーキングによる筋力向上 ～サルコペニアとその予防～	スポーツ科学員
	中田 周兵	ビーコル日誌	最終回コラム	理学療法士

②横浜市スポーツ医科学センターWeb ページ

横浜市スポーツ医科学センターの利用案内に加えて、それぞれの分野からのコラムや蓄積してきたデータなどの情報提供を行った。

表 1 掲載実績 企画

掲載月	執筆者	内容		職種
2020/5～	高木 久見子	ヘルシーレシピ	～免疫力をアップしよう続編～ 旬の食材を使ったレシピ	管理栄養士
2020/9～	今川 泰憲	SPS測定	スポーツ版人間ドック SPS 体験談	スポーツ科学員
2021/1～	堤 省吾	リハビリ室コラム	第31回日本臨床スポーツ医学会学術集会 学会記	理学療法士
2021/3～	田中 大夢		第7回 日本スポーツ理学療法学会学術大会 参加記	理学療法士

③ライブラリー

スポーツ医科学専門ライブラリーにはスポーツ医科学に関する多くの書籍を置き、市民に開放している。

表1 主な蔵書

和書	最新心電学・医学大辞典・看護学大辞典・解剖生理学・ナース内科学 ほか
洋書	Sports - Medicine・ORTHOPA-EDIC - AND - SPORTS・PHYSICAL - THERAPY:ets ほか
雑誌	AMERICAN - JOURNAL - OP - MEDI-CINE・臨床栄養・心臓・ナース専科 ほか
CD	A. D. A. M インタラクティブ解剖学・医療用薬品集 CD - ROM 検索システム ほか

(4) 施設の提供

①施設貸出

大アリーナ・小アリーナ・研修室を目的に合わせて貸出を行っている。

※4～6月の施設貸出は、新型コロナウイルス拡大防止対策のため中止とした。

(ア)アリーナ

施設名	面積	利用用途
大アリーナ	930 m ²	器械体操（体操設備常設）
小アリーナ	460 m ²	エアロビクス・ダンス・軽運動 など

表1 大アリーナ・小アリーナ月別利用者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
0	0	0	1,004	970	1,130	1,162	1,042	866	714	572	827	8,287

(イ)研修室

施設名	面積	収容人数	利用用途
大研修室	250 m ²	135人	研修室・発表会・会議 など
中研修室	140 m ²	81人	
会議室	60 m ²	16人	会議・打ち合わせ など

表2 大研修室・中研修室・会議室月別利用者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
0	0	0	334	290	350	729	814	709	141	98	274	3,739

(ウ) イベントへの貸出

イベント名	開催日	貸出施設	利用者数
新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため中止			

② 個人利用

SPS 受診者や一般利用者を対象に、トレーニングルームと 25m 室内温水プールを健康の維持・増進を目的として個人利用に提供している。

※今年度の個人利用は、新型コロナウイルス拡大防止対策のため中止とした。

(ア) トレーニングルーム

利用対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として 15 歳以上の方（中学生は利用不可） ・トレーニングルーム利用者講習会を受けた方 ・リハビリテーションや MEC を利用している人または利用していた方で、医師がトレーニングの実施を許可した方
利用料金	1 回 1,000 円
利用者講習会	初めてトレーニングルームを利用する方を対象に、トレーニングルームの利用方法や各種のトレーニング方法・マシンの取り扱い方法を講習会形式で実施している。

表 1 トレーニングルーム月別利用者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

表 2 トレーニングルーム利用講習会月別参加者

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

(イ) 25m 室内温水プール

利用対象者	<ul style="list-style-type: none"> ・原則として 13 歳以上の方 ※13 歳未満の方は、1 人につき成人 1 人の同伴が必要。ただし、オムツの取れていない方は利用不可 ・25m を泳げる方 ・体調に不安の無い方
利用料金	1 回 600 円

表 3 25m プール月別利用者数

(単位：人)

4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—

※個人利用のみで教室等の利用人数は含まない。

(5) スポーツ大会、イベントでの PR・連携事業

スポ医科出張相談会

■実施内容

市民参加のイベント・大会等にスタッフが直接出向き、施設・各種事業の紹介を行う。
また、理学療法士（PT）によるケガ等の個別無料相談を実施する。

■実施結果

実施日	大会名等	相談者
新型コロナウイルス感染症拡大防止対策のため中止		

(1) 専門的体力測定・スキルチェック等

競技選手（競技力の向上を目指している方：一般スポーツ愛好家からトップレベルの選手までを含む）に対するサービスとして、より専門的な体力測定やスキルチェック（フォームの撮影・分析等）を実施している。トレーニング内容の検討やその効果の検証、競技特有の動作の分析など、要望に応じて実施内容・方法を検討している。

■主な測定内容

形態・体組成	肢長・周径囲、皮脂厚、体脂肪率 など
全身持久力	最大酸素摂取量、乳酸閾値（LT） など ランニング測定として一般ランナー向けに乳酸閾値を測定
筋力・瞬発力	等速性筋力、最大無酸素パワー、跳躍力 など
スキルチェック	アライメントチェック・フォーム撮影・動作分析 など

表1 体力測定月別利用人数

(単位：人)

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
形態・体組成	—	—	—	43	60	8	—	1	112	68	20	139	451
全身持久力	—	—	—	5	49	18	9	10	30	5	10	30	166
うちランニング測定	—	—	—	—	—	—	2	4	3	5	6	6	26
筋力・瞬発力	—	—	—	8	40	1	2	—	97	92	21	97	358
スキルチェック	—	—	—	—	—	—	2	3	2	3	2	5	17
合計	—	—	—	56	149	27	13	14	241	168	53	271	992

※形態・体組成にはパワーアップMRIを含む

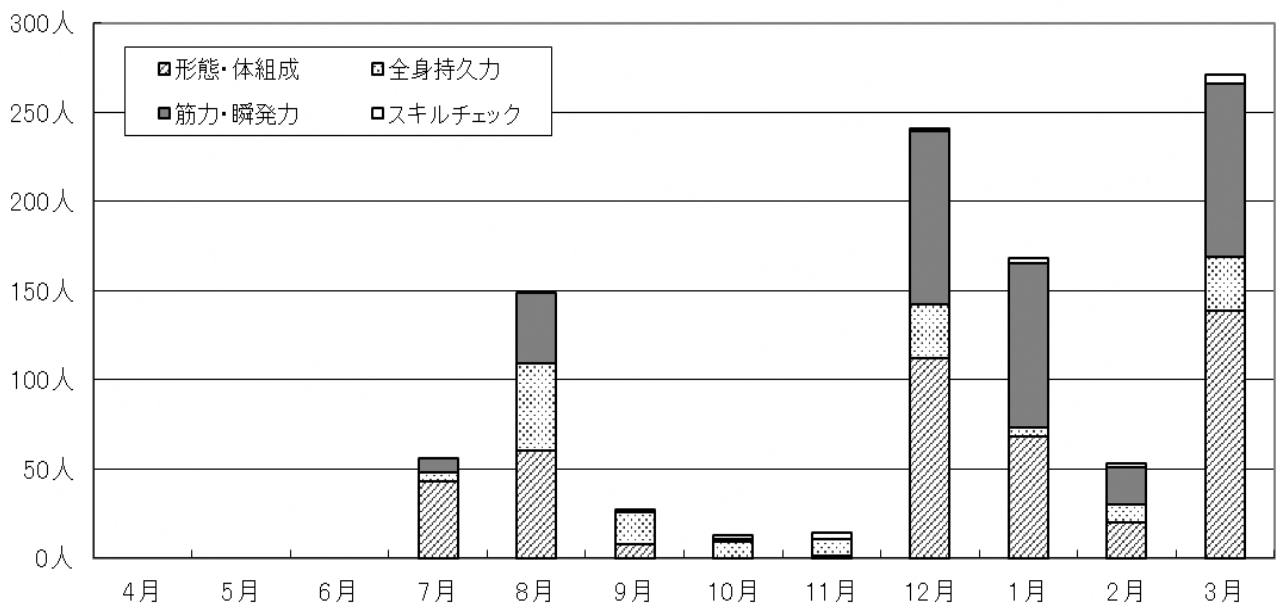


表2 競技種目別・測定内容別人数

(単位:人)

種目	性別	測定内容				計
		形態・体組成	全身持久力	筋力・瞬発力	スキルチェック	
サッカー	男性	270	—	191	—	461
	女性	—	2	—	—	2
ラグビー	男性	51	—	51	—	102
	女性	23	—	23	—	46
陸上	男性	15	55	18	16	104
	女性	2	5	4	1	12
ゴールボール	男性	—	—	—	—	—
	女性	44	11	33	—	88
二輪・四輪競技	男性	20	20	26	—	66
	女性	4	4	4	—	12
ボート	男性	4	4	—	—	8
	女性	13	12	—	—	25
スキー・スノーボード	男性	—	18	3	—	21
	女性	—	6	—	—	6
カヌー	男性	—	7	—	—	7
	女性	—	10	—	—	10
その他	男性	—	10	3	—	13
	女性	5	2	2	—	9
合計	男性	360	114	292	16	782
	女性	91	52	66	1	210
	計	451	166	358	17	992

表3 競技種目別・年齢別人数

(単位:人)

種目	性別	年齢区分												計	
		～19	～24	～29	～34	～39	～44	～49	～54	～59	～64	～69	～74		75～
サッカー	男性	461	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	461
	女性	—	—	1	—	1	—	—	—	—	—	—	—	—	2
ラグビー	男性	102	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	102	
	女性	46	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	46	
陸上	男性	61	—	3	4	5	5	10	8	6	2	—	—	104	
	女性	6	—	—	—	—	1	1	2	2	—	—	—	12	
ゴールボール	男性	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	
	女性	16	8	24	8	16	8	8	—	—	—	—	—	88	
二輪・四輪競技	男性	18	39	—	9	—	—	—	—	—	—	—	—	66	
	女性	—	—	6	6	—	—	—	—	—	—	—	—	12	
ボート	男性	8	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	8	
	女性	24	—	—	—	—	1	—	—	—	—	—	—	25	
スキー・スノーボード	男性	3	18	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	21	
	女性	2	4	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	6	
カヌー	男性	5	—	—	—	—	—	2	—	—	—	—	—	7	
	女性	10	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—	10	
その他	男性	1	4	6	—	1	—	—	—	—	1	—	—	13	
	女性	4	4	—	1	—	—	—	—	—	—	—	—	9	
合計	男性	659	61	9	13	6	5	12	8	6	3	—	—	782	
	女性	108	16	31	15	17	10	9	2	2	—	—	—	210	
	計	767	77	40	28	23	15	21	10	8	3	—	—	992	

(イ) 少年野球メディカルチェック

※本年度は、新型コロナウイルス拡大防止対策のため中止とした。

事業名	区分	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
少年野球クリニック(小学生)	子ども	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計(人数)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
少年野球クリニック(中学生)	子ども	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計(人数)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
少年野球クリニック(チーム編)	子ども	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	大人(監督、コーチ、保護者)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	計(人数)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

(2) 「横浜ビー・コルセアーズ」サポート

①概要

横浜市を拠点として活動するプロスポーツ選手の競技力向上支援の一環として、平成 23 年 10 月から立ち上がったプロバスケットボールチーム「横浜ビー・コルセアーズ」のメディカルサポートを実施した。

②事業目的

- ・専門の医療機関・スタッフとして、全面的なメディカルサポートを実施
- ・理学療法士が練習・試合に帯同することで、迅速かつ適切に外傷・障害へ対応
- ・当センターを起点とした外部医療機関との連携により、包括的なサポート体制を構築
- ・サポート活動を通じたメディア等の露出による当センターの PR

③従事者

チームドクター：横浜市スポーツ医科学センター整形外科医（清水 邦明、小林 創）ほか

④実施内容

ア) 実施期間 2020/7/1～2021/5/1

イ) チーム成績 レギュラーシーズン 19 勝 40 敗（東地区 8 位/10 チーム、総合順位 16 位/20 チーム）

ウ) 変更なし

エ) メディカルスタッフ帯同実績

- ・チームドクター：ホームゲーム 30 試合
- ・メディカルトレーナー：ホームゲーム 30 試合、練習帯同 56 回

オ) 情報発信

- ・当センターホームページにてコラムを掲載

⇒ トップページ>クリニック>リハビリテーション科>スポーツ支援と医学研究>スポーツチームのサポート>活動報告はこちら

(3) 「横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科」サポート

①概要

平成 23 年 3 月に横浜市が策定した「横浜市立高等学校 教育振興プログラム」を受け、平成 26 年 4 月に設置された「横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科」のメディカルサポートを実施した。

②事業目的

横浜市立横浜商業高等学校スポーツマネジメント科の教育内容及び競技力向上に向けた専門的知識やノウハウの提供による医科学サポートの実施

③従事者

個別相談：スポーツ医科学センター理学療法士（小林 優理亜、田中 大夢）

特別講義：スポーツ医科学センター内科医（長嶋 淳三）

スポーツ医科学センター理学療法士（青山 真希子、藤堂 愛）

スポーツ医科学センター管理栄養士（高木 久見子）

④実施内容

ア) 競技力向上の支援

個別相談 のべ 434 人

イ) データ分析

授業の一環として受診する SPS のメディカルチェック及びフィジカルチェックデータの分析を行い、授業におけるプログラム作成等に活用

SPS 受診 1 年生 38 人、2 年生 36 人、3 年生 39 人

ウ) 講師派遣

特別講義 6 回実施

横浜市スポーツ医科学センター年報 第23号

発 行 者 公益財団法人横浜市スポーツ協会
横浜市スポーツ医科学センター 総務・医事課
〒222-0036 横浜市港北区小机町 3302-5
Tel:045-477-5050 (代表)

ホームページ <http://yspc-ysmc.jp/>

発 行 年 月 令和5年1月
