

令和 2 年 6 月 9 日

各地区（市）・職域会長 殿

各地区（市）・職域事務局 殿

（一財）茨城県剣道連盟  
医 学 委 員 会

### アンケート調査のお願い

初夏の候、ますます御健勝のこととお慶び申し上げます。日頃は大変お世話になっております。

さて、本年 4 月に医学委員会が発足しました。本委員会は剣道における健康・安全の確保を目的としております。活動内容としては、試合等の大会やイベントでの救護サポート、強化での医学的サポート、生涯剣道を実践するための医学的な啓発活動のほかに、剣道における傷害・疾病の実態把握があります。

第一弾として、剣道での傷害・疾病の実態を把握するためアンケート調査を行います。実態の把握は剣道での健康・安全の確保につながることもなります。現在、新型コロナウイルス感染対策により、剣道の活動は大きく制限されております。この時期にひとり稽古で自分の剣道を見直すとともに、健康・安全についても見直す良い機会だと思っております。下記によりアンケート調査にご協力をお願いいたします。

なお、アンケート調査は多くの皆様から回答いただきたいため、各地区、各職域の会員の皆様へのご周知方よろしくお願いいたします。

### 記

#### 1. アンケート調査表 別紙のとおり

\*アンケート調査表は茨剣連のホームページにも掲載しております。

#### 2. 回答方法

(1) F A X での回答 (FAX 番号 0 2 9 - 2 5 5 - 6 2 2 8)

(2) メールでの回答 (メールアドレス [iba-kend@shore.ocn.ne.jp](mailto:iba-kend@shore.ocn.ne.jp))

\* (1)・(2)どちらかで回答願います。

#### 3. 回答締切日 令和 2 年 6 月 3 0 日

#### 4. その他

・アンケート調査結果については、茨城県剣道連盟の広報誌あるいは剣道に役立つ形で学会や雑誌等で発表する場合があります。その際は個人の情報が特定できないよう十分に配慮いたします。

以 上

# アンケート調査

(プライバシー保護も含めて記入したくない箇所は省略されても結構です。)

1. あなたの**剣道歴や背景**について にチェック、( )にご記入下さい。

男性・女性 身長 ( ) cm 体重 ( ) kg 平均睡眠時間 ( ) 時間  
年齢：10代 20代 30代 40代 50代 60代 70代 80代以上  
段位：無段 初段 2段 3段 4段 5段 6段 7段以上  
剣道歴：9年以内 10年以上 20年以上 30年以上 40年以上 50年以上

\*剣道を再開した方 再開のきっかけ ( )  
ブランク ( ) 年 剣道をやめた年齢 ( ) 歳 再開した年齢 ( ) 歳

2. **喫煙歴の有無**について

なし 喫煙歴あり 過去に ( ) 年間喫煙 現在も喫煙 1日に ( ) 本

3. **新型コロナウイルスに関連して稽古が制限される前後での稽古回数**について

\***コロナ禍前**の稽古の頻度：( ) 回/週

\***コロナ禍後**のひとり稽古 していない している

種類 素振り 平均 ( ) 回/日 週に ( ) 回

ウォーキング ランニング 筋トレ ストレッチ

そのほかのトレーニング ( )

\*ひとり稽古で参考にしているものは？

指導者 剣道仲間 書物 ビデオ ユーチューブなどの動画

4. **新型コロナウイルスに関連して稽古が制限された後の心身の変化**は？

変わらない

変わった 体重：増・減 ( ) kg 筋肉の衰え 不眠 易疲労感

\*不安：なし あり 不安の強さは1～10段階でいうとどのくらい？ ( )

\*心の健康のためには、人とのつながりが大切ですが、

家族や仲の良い友達との会話はありますか？ なし あり

手段は？ 電話 テレビ電話 手紙 電子メール ライン

ズームなどを使ったオンライン・ミーティング

5. 今までにあった**剣道に関連した障害(ケガ)や病気**について該当するものをつけて下さい。  
複数回答可。

\*手術したことはありますか？ いいえ はい 部位 ( )

\*急性障害（外傷・ケガ）：1回の大きな外力によるもの

- 捻挫 年齢（ ）歳時・部位（ ） 試合中・稽古中  
靭帯損傷 年齢（ ）歳時・部位（ ） 試合中・稽古中  
骨折 年齢（ ）歳時・部位（ ） 試合中・稽古中  
アキレス腱断裂 年齢（ ）歳時 右・左 試合中・稽古中  
その他の腱断裂 年齢（ ）歳時 右・左 試合中・稽古中  
筋断裂（肉離れ）年齢（ ）歳時 部位（ ） 試合中・稽古中

\*慢性障害：痛みのあった部位は？

- 首（左・右） 肩（左・右） 上腕（左・右） 肘（左・右） 前腕（左・右）  
手首（左・右） 手指（左・右） 背部（左・右） 腰部（左・右）  
股関節（左・右） 大腿部（左・右） 膝（左・右） 下腿（左・右）  
足首（左・右） 足底・踵（左・右）

\*病名のわかる場合には記入して下さい。

- （ ）年齢（ ）歳時  
（ ）年齢（ ）歳時  
（ ）年齢（ ）歳時

\*現在痛みのある部位は？（ ）

\*膝の痛みがある場合、

- 蹲踞ができない（ ）歳から。 正座ができない（ ）歳から。

\*現在ある病気は？ なし あり

\*以下の項目については、敢えて記載されなくても構いません。複数回答可。

- 高血圧症 糖尿病 心疾患 高脂血症 呼吸器疾患  
脳卒中 消化器胃腸疾患 腎臓病 痛風  
そのほか 具体的な疾患名（ ）

\*重篤に陥りやすい病気や状態になったことがありますか？

以下の状態で 救急搬送された

AED を使用された

- 熱中症 年齢（ ）歳時  
脳卒中 年齢（ ）歳時  
心疾患 年齢（ ）歳時  
脳震盪 年齢（ ）歳時

\*セカンド・インパクト症候群

（セカンド・インパクト症候群は、1回目の脳震盪で脆弱化した脳血管が2回目の脳震盪の原因となった頭部打撲により破れて脳出血をきたし命に係わるあるいは重篤な後遺症を引き起こすものです。脳震盪のあった場合には、試合や稽古をその時点で休むことが必要です。剣道では後頭部の打撲に注意する必要があります。）

**\*竹刀でのケガ・病気について**

- なし あり その状況は？ ( )  
眼球損傷 頸部損傷 頸椎損傷 肋骨骨折 頸動脈損傷による脳卒中  
手首の捻挫 肘部の腫れ 鼓膜損傷 そのほか ( )

**\*歯科的な障害は何かありますか？**

- なし あり  
顔面叩打による顎関節症 歯の食いしばりでの奥歯が割れた その他 ( )  
**\*ありと答えた方** 面のサイズは合っていますか？ ぴったり 大きめ 小さめ

**6. 聴力に関して**

- \*聞こえにくくなったのは何歳からですか？** ( ) 歳から。  
**\*難聴に関係するのは喫煙・騒音性難聴と継続的な頭部打撲による影響があります。**  
若い時から激しい稽古を行っていましたか？ いいえ はい  
**\*聞こえない程度はどれですか？**  
 普段の会話は問題なし (正常)  
 小さな声は聞き取りにくい。テレビの音量を大きくする。(軽度難聴)  
 大きな声でも聞き取りにくい。騒音しか聞こえない。(中度難聴)  
 耳元の大きな声も聞き取りにくい。日常の音はほとんど聞こえない。(高度難聴)  
**\*補聴器を使用していますか？** いいえ はい ( ) 歳から。  
**\*耳鳴りはありますか？** いいえ はい ( ) 歳から。

**7. 救急処置法や応急処置、アンチ・ドーピングについて**

- \*救急処置法の講習を受けたことがありますか？** はい いいえ  
**\*AEDの使い方をご存じですか？** はい いいえ  
**\*応急処置の講習を受けたことはありますか？** はい いいえ  
**\*アンチ・ドーピングの講習を受けたことがありますか？** はい いいえ

**8. そのほか、ご意見があればお書き下さい。**

(例えば、今後調べてほしいことなどもお書きください。)

以上、アンケートにお答えいただき、ありがとうございました。