

# T J A T活動報告書

報告者 新川ブロック 稲垣強史

大会名	第36回魚津しんきろうマラソン
日時	平成28年4月24日、6時50分～14時
会場	ありそドーム
対象	マラソン参加者 6,360人
参加者名	浜岡保之、原 誠、寺田健一、山本正勝、稲垣強志、経澤幸七、加田裕、宍戸るるみ

## 活動内容

平成28年4月26日(日)、第36回魚津市しんきろうマラソン大会が開催されました。当日は朝から快晴となりながらも、穏やかな風が吹くため気温もそれほど上昇せず、ランナーには好条件のマラソン大会となりました。

36回目となる今大会にはゲストランナーとして小林祐梨子さん、野尻あずささん、西村哲生さんが参加され、6,360人の魚津市内、富山県内外から参加のランナーと共に走られました。毎年参加者が増加しているマラソン大会で、好評を得ている大会ということもあり、前日から盛り上がりを見せていました。

私達T J A Tは、スタート及びゴール地点のありそドーム屋内の一角に、スポーツケアブースを構えさせていただき、8名の会員(浜岡 保之、原 誠、寺田 健一、山本 正勝、稲垣 強志、経澤 幸七、加田 裕、宍戸 るるみ)がスポーツトレーナーとして活動しました。スタート前のランナーのコンディションを確認し、ウォーミングアップ、ストレッチ、テーピング等によりけが防止、予防につとめランナーを励ましサポートしました。特に10キロメートル、ハーフマラソンのスタート前には多くの参加者がブースを訪れ、約93人の参加者が利用されました。レース後にはアイシング、クーリングダウン等を施し、日常のトレーニング法や予防への助言を行いました。再利用者を含めた延べ合計人数は211人になりました。

レース前に来られた利用者がレース後、いつもより調子が良かったと報告に来られたことに大変うれしく感じました。

今回の活動により、柔道整復師がより多くの方々に知っていただく機会となり、この大会に私達が必要だと思っただけのようになれば幸いです。出場者が昨年と比べ760人増加した大会で、来年もスポーツケアブースを利用されるランナーが多くなる事が考えられます。私達が参加者をサポートする事で大会に貢献していき、この魚津しんきろうマラソンがいままで以上に人気の大会となることを期待しています。