

平成 29 年 12 月 11 日

バスケットボール監督・コーチ各位

新潟県バスケットボール協会  
スポーツ医科学委員会  
バスケットボール手帳作成班  
近 良明・水谷 準

傷害予防のための「バスケットボール手帳」作成のためのアンケートのお願い

拝啓 時下ますますご隆昌のこととお慶び申し上げます。日頃はひとかたならぬご愛顧を賜り厚く御礼申し上げます。

この度、スポーツ医科学委員会では、新潟県のバスケットボール及びミニバス選手の傷害予防の啓発ならびに競技力向上を目的に、「バスケットボール手帳（仮）」を作成したいと計画をしております。

つきましては、我々医科学委員会の自己満足にならず、選手やコーチの方々に「バスケットボール手帳（仮）」をご活用していただくために監督・コーチの皆様方よりご意見を参考にさせていただきたく存じます。お忙しいところ大変恐縮ではございますが、別記アンケートへのご協力をお願い申し上げます。

なお、アンケート結果につきましては、個人が特定されることは一切ございません。

ご多用中恐れ入りますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

敬具

※当アンケートに関するご質問等がございましたら、下記までご連絡をいただければと存じます。

新潟県バスケットボール協会  
スポーツ医科学委員会  
担当：水谷 準  
電話：090-8877-5428  
アドレス：jun0626aaw@yahoo.co.jp

## 「バスケットボール手帳（仮）」アンケート

アンケート記入者：「高校／中学／ミニバス」「男子／女子」（それぞれに○をお願いします）

以下の質問のあてはまるものに✓をつけてください。

Q1：バスケットボール指導において、現在お困りのことはありますか？

特にない

ある・・・具体的には、どんな内容でお困りでしょうか？

（複数の場合、順位(1, 2, 3)をお書きください）

体力面（ ）

技術面（ ）

ケガが多い（ ）

その他（ ）

Q2：(Q1で「ケガが多い」にチェックを付けられた方のみお答えください)

① どの部位のケガが多いですか（多いと思う部位3つに✓をつけてください）？

部位：腰部 肩関節 肘関節 手首 手指 股関節 大腿 膝関節  
下腿 足首 足部 その他の部位（ ）

② どんなケガですか（複数回答可）？

種類：捻挫 打撲 靭帯損傷 肉離れ 骨折 過労性の炎症 成長痛  
その他（ ）

Q3：バスケットボール手帳には、どんな内容があると良いですか？

（良いと思う上位3つに✓をつけてください）

スポーツ傷害・外傷後の初期対応

ストレッチ方法

トレーニング方法

スポーツ傷害・外傷予防

アイシング方法

熱中症と給水方法

スポーツ栄養

バスケットシューズについて

その他（ ）

Q4：バスケットボール手帳をもし使うとしたら、どちらが使いやすいですか？

冊子になっている

アプリになっており、スマートフォン等でダウンロードする

以上で終了となります。ご協力ありがとうございました。

スポーツ医科学委員会一同