

ボールの握り方と手の大きさ・手指筋力との関連

三仁会あさひ病院 リハビリテーション科

水谷仁一 竹中裕人 鈴木達也

久松周平

中部大学技術医療専門学校

矢澤浩成

愛知医科大学病院 リハビリテーション部

飯田博己

三仁会あさひ病院 整形外科

花村浩克

愛知医科大学医学部 整形外科

岩堀裕介

【緒 言】

野球選手のボールの握り方には母指尺側部で把持する尺側握りと母指指腹部で把持する指腹握りがある。我々は先行研究において、指腹握りは、年齢が若く、経験が浅く、さらに不良な投球動作に影響する一因であることを報告した。本研究ではボールの握り方に影響する因子を調査したので報告する。

【対 象】

対象は本研究の趣旨に賛同し、同意の得られた健常野球選手83名(小学生32名, 中学生17名, 高校生34名)である。

【方 法】

デジタルカメラで普段のボールの握り方を撮影し、尺側握りと指腹握りの2群に分類した。また手の大きさ、手指筋力(握力、側面ピンチ、指腹ピンチ、三点ピンチ、指尖ピンチ)を計測した。手指筋力はそれぞれ2回計測しその平均値を求めた。手の大きさ、手指筋力および各年代(小学生、

中学生、高校生)と24ヵ月ごとの競技歴について2群の握り方で比較した。統計学的分析にはMann-Whitney U検定を用い、有意水準を5%未満とした。

【結 果】

握り方は尺側握りが42名、指腹握りが41名であった。2群の握り方における手の大きさ手指筋力との比較では有意差を認めなかった。2群の握り方を各年代、競技歴で比較すると、指腹握り群は有意に年代が低く、競技歴が短いという結果であった。

【考 察】

結果より、年代が上がり、競技歴が長くなるにしたがい、尺側握りの選手が増加するという傾向を認めた。このことは、ボールの握り方には、年代、競技歴と関連があることを示唆している。今後はボールの握り方の指導経験による関連について調査する必要があると思われた。