

イップスについて

A study of Yips

1K03a016-5 氏名 石原心

指導教員 主査 内田直先生 副査 中村千秋 先生

【I. 緒言】

私はこの度、ゴルフ界において発表されたイップス似た症状が特に私が長年続けてきた野球というスポーツにおいて見られることで、それらの新たな特徴や定義の発見をしたいと考えた。イップスは、外科的なスポーツ傷害とは異なり、その悩みをドクターやスタッフ、チームメイトに打ち明けにくいことが特徴で、そのようにイップスに悩む人に、そのメカニズムや原因を可能な限り明確にし、競技生活またはイップス対策に役立てられることを目的とした。

【II. 対象と方法】

そして今回のアンケートは、イップスがまだその定義や原因において正確に認知させていないという特徴から、バイアスや先入観を可能な限り排除し、回答者の経験や、素直な感想を聞きたくため、Y E S or N O 方式のアンケートではなく、記述式を採用することとした。

質問紙の内容は以下の通りである。

多くのスポーツにおいてイップスという言葉は日常会話レベルにまで達しているが、その定義ははっきりしておらず、その定義を可能な限り正確に示したい。と、意思を示した状態で、これまでの私のイップスに関する定義を示す。

「近距離において小さい的を得るようなボールリリースや一瞬のタイミングがそのパフォーマンスの出来を大きく左右する身体動作において、脳から発される筋への情報の神経伝達」

1 あなたはイップスにかかったことがありますか？

(この質問のみに Y E S or N O で答えてもらう。そして以下の質問には Y E S と答えた人のみの回答である。)

2 その際のイップスの発現状況

3 その際のイップスの発現期間

4 その際のイップスの発現部位と思われる体の部位

5 その症状に対する対策とこの効果

6 その際に発現しやすい相手

7 (初めに N O と答えた人にも) 何か他にイップスに関する情報

といった流れである。

これらの質問の前に、競技歴や競技成績等を記載していただくことにより、それらとイップス発現との相関関係を調査しようという意図もある。

そのアンケートの協力者は、以下の通りになっている。

早稲田大学軟式野球サークル「インパルス」、「WBC」、早稲田大学準硬式野球部、男子ソフトボール部、ハンドボール部、群馬県立伊勢崎高等学校野球部、同校斉藤監督様、同校バスケットボール部、バレーボール部、群馬県立伊勢崎清明高等学校ソフトボール部、同校筒井監督様

今回はこのうち野球、ソフトボール、ハンドボールの打球動作を競技に含む三種目を中心に解析した。

【III. 結果】

イップス経験がある人は、

野球 44%、ソフトボール10%、ハンドボール0%であった。

【IV. 考察】

今回の調査の結果を見ると、イップスの発現はイップスの発現は握るボールの大きさが大きくなるにつれて小さくなっている。この原因については、いくつかの要因が考えられるが、一つの大きな要因としては大きなボールを握ったときの手首の可動性の問題である。大きなボールを握ると手部が大きく開き、前腕部が収縮状態となり、手首の可動性が制限される。イップスは手首の可動性が十分に制御できない場合、不自然な制御の結果、不合理な動作が生じるとも考えられる。野球のような小さいボールを持った場合には、このような不自然な動作が起こりやすいが、大きなボールの場合には、手首の可動性が制限され Yips の発現が少ない傾向がある。この結果イップスの発現率とボールの大きさには逆相関の関係があるということが考えられた。今回の結果は、少数例によるものであり、またこのことだけイップス発現の競技間の差となっているかは十分明らかではないが、このような要因もイップス発現の競技間の差の一つである可能性であることは考えられた。今回の調査においては、大変多くの選手、指導者、トレーナー等の方々のご協力を頂いた。この場をお借りして御礼申し上げたい。