

## 事例報告 2

### 呼吸循環器系測定結果を有効なトレーニングにつなげるために

富山県総合体育センター

スポーツ専門員 井 口 文 雄

当体育センターには、トレッドミル走や自転車運動中の呼気ガス分析を行なうことによって、最大酸素摂取量を測定したり、心拍数や血中乳酸濃度等の測定を行なうための呼吸循環器系測定室が設置されています。

昭和63年から平成15年2月28日現在、以下の競技種目、人数の測定を行なっています。(測定内容等についてはP 42・43参照)

呼吸循環器系測定競技別利用人数

|                 | 中学  |    | 高校  |     | 大学 |    | 一般 |    |
|-----------------|-----|----|-----|-----|----|----|----|----|
|                 | 男   | 女  | 男   | 女   | 男  | 女  | 男  | 女  |
| 陸上(マラソン含む)      | 73  | 34 | 147 | 33  | 12 | 6  | 17 | 4  |
| スキー(クロスカントリー)   | 17  | 10 | 98  | 41  | 1  |    | 11 | 1  |
| スキー(アルペン)       | 1   |    | 18  | 10  |    |    | 5  | 1  |
| 競 泳             | 4   | 3  | 1   | 4   |    |    |    |    |
| 水 球             | 75  |    | 30  |     |    |    |    |    |
| バ ド ミ ン ト ン     | 19  | 18 | 13  | 48  |    |    |    | 3  |
| サ ッ カ ー         |     |    | 38  |     |    |    |    |    |
| ハ ン ド ボ ー ル     | 8   | 2  |     |     |    |    |    |    |
| ホ ッ ケ ー         |     |    | 4   | 3   |    |    |    | 1  |
| カ ヌ ー           |     |    |     | 1   |    |    | 7  | 3  |
| ボ ー ト           |     |    | 3   | 3   | 1  |    | 2  | 4  |
| ヨ ッ ト           |     |    |     | 2   |    |    |    |    |
| スケート(フィギアを含む)   | 1   | 1  |     | 5   |    |    | 7  | 4  |
| ト ラ イ ア ス ロ ン   |     |    |     |     |    |    | 5  | 1  |
| バ ス ケ ッ ト ボ ー ル |     |    |     |     |    |    |    | 1  |
| アメリカンフットボール     |     |    |     |     | 1  |    |    |    |
| ボ ク シ ン グ       |     |    |     |     |    |    | 1  |    |
| ラ グ ビ ー         |     |    |     |     |    |    | 1  |    |
| 自 転 車           | 1   |    |     |     |    |    | 3  |    |
| 剣 道             |     |    |     |     |    | 5  |    |    |
| マウンテンバイク        |     |    |     |     |    |    |    | 2  |
| テ ニ ス           |     |    |     | 2   |    |    |    |    |
| バ レ ー ボ ー ル     |     |    | 1   | 1   |    |    | 4  |    |
| ウエイトリフティング      |     |    |     |     |    |    | 1  |    |
| そ の 他           |     |    | 4   |     |    |    | 1  | 4  |
| 計               | 199 | 68 | 357 | 153 | 15 | 11 | 65 | 29 |

合計 897