

平成27年度  
日本体育協会公認アスレティックトレーナー  
専門科目検定試験

『理論試験(応用)』

<試験における注意事項>

- ① 試験時間は2時間30分です。
- ② 試験問題および解答用紙に受験番号、推薦団体名または学校名、氏名を記入してください。
- ③ 出題形式は五肢択一式または五肢択二式です。
- ④ 解答はマークシート式です。解答用紙記載の記入上の注意をよく読んで解答してください。
- ⑤ 試験問題、解答用紙とも回収します。

【記入欄】

受験番号	推薦団体名または学校名	氏名



問1 投球障害肘関節について誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. 発生要因として体幹機能の低下がみられることもある。
- b. 肘関節回内屈筋群の炎症を含めることはない。
- c. 肘関節内側側副靭帯 (MCL) は単に外反方向への安定性のみならず、屈曲位における安定性にも関与する。
- d. 発生要因には投球フォームの問題が関与する。
- e. 投球障害としての MCL 損傷は、急性外傷のみを示す。

問2 スタビリティトレーニングについて正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. 各種スポーツ動作における安定したパワー発揮を向上させる。
- b. 不安定な要素を取り入れた難易度の高い種目を行う場合は、代償動作を用いる。
- c. 多くのスポーツ動作で体幹部を安定させた状態が求められるため、股関節周囲筋群強化の際に腹圧を高めることも重要である。
- d. 動きを伴わないトレーニングのことをさす。
- e. プローンポジションのボディキープにおいて、足幅を狭くすると難易度が下がる。

問3 関節可動域測定について誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. 測定時の基本肢位は原則として解剖学的肢位を開始肢位  $0^{\circ}$  とする。
- b. 角度計は皮膚に密着させ計測する。
- c. 原則として多関節筋の影響を除いた肢位で他動的に測定し、 $5^{\circ}$  単位で表示する。
- d. 股関節の可動域が屈曲位  $20^{\circ}$  から  $70^{\circ}$  の場合、伸展はマイナス  $20^{\circ}$  となる。
- e. 測定結果は参考可動域と比較し、異常の有無を判定する。

問4 各競技における外傷について誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. やり投げ (陸上) 一投動作における肘外側側副靭帯損傷
- b. レスリング 一転倒時、床面への手着き動作 (肘伸展位) による肘関節脱臼
- c. 飛込み (水泳) 一入水時の衝撃による手関節障害
- d. 体操競技 一プロテクターの巻きつきによる上腕骨骨折
- e. 柔道 一肩からの落下による肩関節前方脱臼

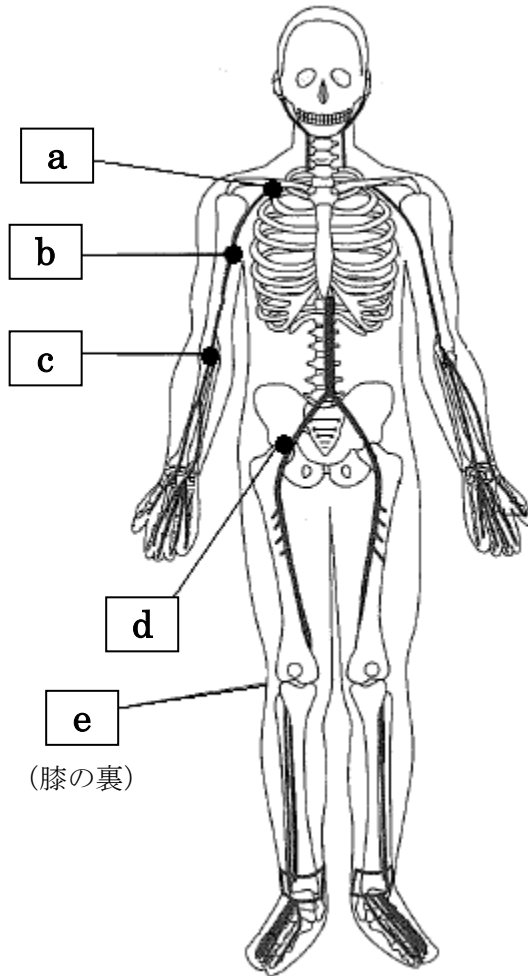
問5 ラグビーフットボールのセーフティーアシスタント (旧メディカルサポーター) について正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. 負傷者が出た場合、レフリーの許可により、競技区域内に入ることができる。
- b. 15歳以上であれば、中学生も認定講習会を受講できる。
- c. 試合の進行を円滑にし、競技者の安全を図る役割を持つ。
- d. 負傷により競技区域外に出た競技者が競技に復帰する際は、レフリーの許可は不要である。
- e. 軽度の負傷ではないと判断した場合、レフリーに手をあげて知らせる。

問6 機能評価のプロセスについて誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 最初のプロセスは問題点のリストアップである。
- b. 十分考慮したプログラムであれば、評価プロセスを繰り返す必要はない。
- c. 得られたデータを統合・解釈することで問題点のリスト化を進めることができる。
- d. プログラムを作成する際には複数の問題に対応する。
- e. 立案された処置やプログラムの効果判定となる。

問7 外傷による外出血に対して、止血点にあたる部位と動脈名に関する組み合わせのうち、誤っているのはどれか。2つ選べ。



- a. 鎖骨下動脈
- b. 腋窩動脈
- c. 前腕動脈
- d. 坐骨動脈
- e. 膝窩動脈

問 8 手関節について誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 舟状骨骨折では骨癒合が得られにくい。
- b. 舟状骨骨折は手関節掌屈強制で生じることが多い。
- c. 手関節尺側の障害の代表例に三角線維軟骨複合体損傷（TFCC 損傷）がある。
- d. 有鉤骨骨折はバットやラケットを使用する競技で発生しやすい。
- e. キーンバック病は有痛性の舟状骨の無腐性壊死である。

問 9 HOPS による情報の収集について誤っているのはどれか。

- a. History（問診）では既往歴、現病歴と外傷・障害の発生機序などの情報を収集する。
- b. Observation（視診）では形態の分析や動作の分析を行う。
- c. Palption（触診）ではウィークポイントを基準に触診を進める。
- d. Special test（スペシャルテスト）は外傷・障害の特徴をより正確に推測するプロセスである。
- e. 外傷・障害を有する場合の検査・測定と評価において活用されることが多い。

問 10 代謝系トレーニングについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 運動強度（%Vo2max）と心拍数との間には高い相関関係がある。
- b. 主観的運動強度（RPE）は、20 段階のスケールからなっている。
- c. レペティショントレーニングとは、一定のスピードを維持して走る方法をさす。
- d. インターバルトレーニングとは、最大酸素摂取量を超える強度での 30～90 秒の運動と、長い休息を反復する運動形態である。
- e. ファルトレクトレーニングは、森や野原など野外で自然の地形を利用して走るトレーニング形態である。

問 11 腰痛に対するアスレティックリハビリテーションについて誤っているのはどれか。

- a. 構えの姿勢において、下腿前傾角度が不十分な場合は、腰椎前弯が増強することもある。
- b. 着地動作では、腰椎に加わる床反力を吸収するために、下肢の各関節が十分に機能することが必要となる。
- c. バレーボールのアタック動作のように、上肢を振り上げた際、腰椎に過度な前弯を生じて伸展型腰痛となることがある。
- d. スクラム動作では腰椎前弯をできるだけ強めて安定化を図る。
- e. あたり動作では、瞬時に体幹の剛性を高めることが必要になるため、腹筋群と肩甲帯周囲筋群の緊張も重要である。

問 12 コンディショニングのセルフコントロールでの評価指標として正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 血圧
- b. 運動負荷テスト
- c. 尿潜血チェック
- d. 血液検査
- e. 心拍数

- 問 1 3 姿勢の観察と評価について正しいのはどれか。
- a. 円背とは胸椎部の前弯が増強した姿勢である。
  - b. 基本的立位姿勢では前腕は回外位とする。
  - c. 前額面での理想的な姿勢は、乳様突起、椎骨棘突起、殿裂、両膝関節内側の中点が垂直に並ぶ。
  - d. 体位とは身体が重力の方向とどのような位置関係にあるのかを示す用語である。
  - e. 重心を通る相互に直交する面は、基本前額面、基本矢状面、基本重心面である。

- 問 1 4 ラグビーの外傷・障害について誤っているのはどれか。2つ選べ。
- a. ラグビーのプレー中、タックルをされて発生する外傷としては足関節捻挫、膝内側側副靭帯損傷が多い。
  - b. タックルをして発生する外傷は頸部捻挫が多い。
  - c. スクラムでは腰痛が発生することが多い。
  - d. タックル動作の問題として、体幹機能の低下に起因する外傷が発生することもある。
  - e. 下肢外傷の予防のために、カッティング動作では歩幅を広げた方が良い。

- 問 1 5 組織の運営と管理について誤っているのはどれか。2つ選べ。
- a. アスレティックトレーナーの具体的な日々の業務内容は、時間の経過による影響を受けない不変のものである。
  - b. アスレティックトレーナーチームは、複数のアスレティックトレーナーが関わることで人材育成の使命も持つ。
  - c. スポーツチームの中で、アスレティックトレーナーチームは、チームとは独立して活動する。
  - d. トレーナー室は、アスレティックトレーナー活動の中心となるため、チーム活動が行われている施設内に設置される。
  - e. チームでは、メンバー間のコミュニケーションが重要となる。

- 問 1 6 アジリティトレーニングについて誤っているのはどれか。2つ選べ。
- a. 直線的な素早さよりも、急激なストップやターンを向上させるトレーニングである。
  - b. ラダー種目を行う場合は、足元に意識を集中させるようにする。
  - c. 多様な刺激に対するリアクション能力など総合的な能力の改善も必要となる。
  - d. ただ素早くだけでなく、正しい姿勢、効率のよいステップワークを意識して行うことが重要である。
  - e. リアクションを早くするためには、反応や予測よりも1歩1歩のステップに意識を集中させることが重要となる。

- 問 1 7 水中立位時の水深と荷重負荷率について誤っているのはどれか。
- a. 鎖骨部 — 10%
  - b. 剣状突起部 — 30%
  - c. 恥骨部 — 50%
  - d. 大腿部 — 90%
  - e. 下腿部 — 100%

問18 第2次評価の Palpation (触察) で評価される項目のうち誤っているのはどれか。2つ選  
べ。

- a. 腫脹
- b. 変色
- c. 変形
- d. 出血
- e. 熱感

問19 徒手筋力検査について誤っているのはどれか。2つ選  
べ。

- a. 客観的検査法であり、かつ個々の筋力を検査できることに意義がある。
- b. 徒手筋力検査は6段階で判定する。
- c. 検査に際しては原則として抑止テスト (break test) を用いる。
- d. 検査に用いる運動範囲とは、関節可動域測定の参考可動域とは異なる。
- e. 全ての段階づきで、「+」、「-」の付記は避けるべきである。

問20 テーピングにおける注意事項として正しいのはどれか。2つ選  
べ。

- a. 腫れのある部位に行う場合、腫れが増さぬよう患部全体を包み強めに圧迫する。
- b. 予防・再発予防を目的とした運動時のテーピングは、一般に3~4時間を適用時間の限度とする。
- c. テーピングを正確に行えば神経障害を引き起こすことはほとんどない。
- d. テーピングを行う部分の筋腱を弛緩させ循環障害予防を行う。
- e. テープを剥がす際は、皮膚に影響を与えないように一気に剥がす。

問21 腰痛について誤っているのはどれか。2つ選  
べ。

- a. 急性腰痛により、神経根症状が認められる場合には、専門医療機関の受診を要する。
- b. 屈曲型腰痛の原因として、殿筋群やハムストリングスの短縮を挙げることができる。
- c. 伸展型腰痛の原因として、腸腰筋や大腿直筋などの股関節屈曲筋群の短縮を挙げることができる。
- d. 伸展型腰痛は腹筋群の緊張不十分による腰椎後弯の増加が原因となる。
- e. 回旋型腰痛の発生には股関節運動は関係しない。

問22 筋収縮様式 (運動形態) と関節運動、筋長の関係について正しいのはどれか。2つ選  
べ。

- a. 等尺性運動は、関節運動はなく筋長は変化しない。
- b. 等尺性運動には、求心性運動と遠心性運動が含まれる。
- c. 遠心性運動は、筋は伸張されながら張力を発揮する。
- d. 等速性運動には、求心性運動と等尺性運動が含まれる。
- e. 等速性運動は、筋収縮速度が一定のものである。

問 2 3 クーリングダウンの効果について誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. 主運動によって産生された水素を除去する。
- b. 主運動によって産生されたアンモニアを除去する。
- c. 主運動によって産生された乳酸を再利用する。
- d. 主運動によって産生された二酸化炭素を再利用する。
- e. 主運動によってアルカリ性に傾いた筋内 pH を戻す。

問 2 4 陸上競技におけるリハビリテーションについて正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. ヒップリフトでは、ハムストリングスと殿筋を主に働かせる。
- b. 疾走スピードを高めるためには、足関節底屈筋・膝関節伸展筋・股関節伸展筋の筋力を高める。
- c. 走り幅跳びでは、全力疾走可能を前提として、急激にストップできることが求められる。
- d. 長距離走では、ジョギングレベルのスピードでトラックを回ることから導入する。
- e. 走り幅跳びでは、全力疾走からスピードを上方へ変換することが求められる。

問 2 5 救急処置におけるアスレティックトレーナーの役割について正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. 1次救命処置の実施はアスレティックトレーナーの資格を保有している者に限られる。
- b. 救急処置は必ず医師の指示を受けて行う。
- c. 最初に死亡しているかどうかを確認する。
- d. 傷病者の状態をより悪化させないことを目的として行う。
- e. 救急処置を迅速に行うためには救急体制を計画し、リハーサルしておく。

問 2 6 関節弛緩性検査について誤っているのはどれか。

- a. 関節弛緩性とは運動方向は正常であるが、過剰な可動性を有している場合をいう。
- b. 関節弛緩性の原因には、先天性、外傷性、競技特性によるものなどがある。
- c. 足関節の背屈が 20° 以上ある場合を+と判定する。
- d. 一般にヒトの関節は男性に比べ、女性の方が柔軟性を有していることが多い。
- e. 東大式全身弛緩性テストは、全身の 6 大関節+脊柱を加えた 7 項目について検査する方法である。

問 2 7 スプリントおよびエンデュランストレーニングについて誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. エンデュランストレーニングは、最大酸素摂取量や無酸素性作業閾値を改善することがねらいとなる。
- b. スプリントトレーニングは、最大あるいは最大に近いスピードを長時間にわたって発揮する能力を高めることがねらいとなる。
- c. エンデュランスとは持久性のことであり、比較的強度の低い運動を長時間にわたって持続するために重要な体力要因である。
- d. スプリント力を高めるためには、体力要因の改善に加えて、合目的性、効率性も要求され、フォームに注意を払う必要がある。
- e. インターバルトレーニングは、高強度の運動と完全休息を交互に繰り返すものである。



問 2 8 乳酸性作業閾値 (LT) について正しいのはどれか。

- a. LT とは、安静時から徐々に負荷を上げていく際、急激に血中乳酸濃度が上がるポイントのことである。
- b. LT は血中乳酸値が 4mmol に達する強度を意味する。
- c. LT 以下の運動強度では、主に無酸素的エネルギー供給機構が働く。
- d. LT は運動中の血中ヘモグロビン濃度を測定することで評価することができる。
- e. LT 強度を超える運動強度では、水素イオンが増えることによる酸性化を防ぐため、血中二酸化炭素濃度が上昇する。

問 2 9 腹臥位での股関節外旋筋群のスタティックストレッチング (パートナー) について正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. 膝関節 90° 屈曲位でゆっくり股関節を外旋する。
- b. 腰椎が捻転し、骨盤が床から離れないように、伸張する側の反対の臀部を押さえる。
- c. 痛みが生じないように伸張強度に配慮して行う。
- d. 筋の伸張時間は 5 秒程度であり、それ以上の伸張時間は必要としない。
- e. 反動や弾みをつけて行う。

問 3 0 敏捷性や協調性について誤っているのはどれか。

- a. 敏捷性とは、身体の一部や身体全体を敏速に動かす、または切り替える能力と示すことができる。
- b. 協調性とは、ある運動や動作を円滑に遂行するために、一つのまたは複数の関節を効率よく動かす能力といえる。
- c. 直線走と方向転換走の移動距離を同じにして、そのタイム差を協調性の評価とする方法もある。
- d. T テストやステップ 50 のような方向転換走は、協調性の要素も含まれる敏捷性のテストといえる。
- e. 競技特有の敏捷性を評価する場合においても、反復横跳びなど基本的な測定項目は必ず行う必要がある。

問 3 1 救急処置の範囲について正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. アスレティックトレーナーは 1 次救命処置を行うことができる。
- b. アスレティックトレーナーは 2 次救命処置を行うことができる。
- c. 応急手当とは市民により行われる止血法も含まれる。
- d. 自動体外式除細動器 (AED) の使用は 2 次救命処置に分類される。
- e. 異物で窒息をきたした場合の気道異物除去は、2 次救命処置に分類される。

問 3 2 熱中症予防に有効な WBGT (wet-bulb globe temperature : 湿球黒球温度) の測定因子について、誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. 湿度
- b. 気流
- c. 輻射熱
- d. 風速
- e. 気温

問33 敏捷性測定について正しいのはどれか。

- a. 全身反応時間テストは、光刺激に反応し、踵がマットから離れるまでの時間を計測する。
- b. 立位ステッピングテストでは、側方へのステップ幅を評価する。
- c. 反復横とびでは、サイドステップの切り返しの素早さを評価する。
- d. ステップ50では、短距離走などに必要な敏捷性を評価することができる。
- e. シャトルラン(10mを2往復半ダッシュ)と50m走とのタイム差が小さいほど協調性が低いといえる。

問34 アクティブ(活動的)なウォーミングアップについて誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 各競技における無酸素系の基本運動を中心に行う。
- b. 競技特性に合わせた要素を取り入れると効果が高い。
- c. 能動的に身体を動かし、身体内面から体温を上げる。
- d. ストレッチングや体操も含まれる。
- e. パッシブ(他動的)なウォーミングアップの補助として行う。

問35 超音波療法について正しいのはどれか。

- a. 温熱効果を目的とする場合にはパルス波を用いる。
- b. 気泡が潰れてしまうような不安定なキャビテーションが生じないように配慮することが大切である。
- c. カップリング剤を用いる場合には、できるだけ気泡を多く含んだものを使用すると効果的である。
- d. できるだけビーム不均等率が高いトランスデューサーを使用することが望ましい。
- e. 内固定術でプレートなど金属が使用されている場合には、使用を避ける。

問36 走動作の位相について正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. フォロースルーの前の位相はテイクオフである。
- b. サポート期はフォロースルー、フォワードスイング、フットストライクの3相に分けられる。
- c. リカバリー期はフォロースルー、フォワードスイング、フットストライクの3相に分けられる。
- d. フォロースルーはフォワードスイングの次の位相である。
- e. サポート期はフットストライク、ミッドサポート、テイクオフの3相に分けられる。

問37 補装具療法として誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 装具の使用目的には、変形の予防・矯正、病的組織の保護、失われた機能の代償・補助などがある。
- b. 足関節捻挫用のrigid typeの装具は、硬性支柱が内外果を側方から固定するため、足関節をしっかりガードしたい場合などに用いる。
- c. 足関節捻挫用のsemi rigid typeの装具は装着感に優れるが、rigid typeの装具より制動効果が落ちるため使用頻度は低くなる。
- d. ネックカラーは頸部運動を制限する目的とした頸部周囲に巻くタイプの装具で、頸椎屈曲・伸展・側屈および回旋が制動される。
- e. バックハンドストロークが原因のテニス肘に対しては、テニス肘バンドのパッドが上腕骨外側上顆に付着する筋腱を圧迫するように装着する。

- 問38 方向転換について正しいのはどれか。2つ選べ。
- 方向転換動作には、身体方向の転換と進行方向の転換がある。
  - 走行スピードが速いほど、身体に加わる慣性は小さい。
  - 方向転換の角度変化が大きいほど、身体に加わる力は小さい。
  - 回転半径は身体に加わる遠心力とは関係しない。
  - 慣性が大きいほど、バランスが崩れやすい傾向にある。
- 問39 肩関節前方脱臼の術後（鏡視下 Bankart 法）リハビリテーションについて誤っているのはどれか。2つ選べ。
- 肩関節固定の期間中から腱板筋などに電気刺激による筋収縮を実施する必要がある。
  - 術後は、可動域の獲得を優先し、外転方向から開始する。
  - 術後6週頃より腱板筋の筋力トレーニングを軽負荷で開始する。
  - 術後のリハビリテーションでは肩関節後方構成体へのストレスを最小限にする。
  - スポーツ動作では過度の外旋が強制されないように、動作指導も重要となる。
- 問40 オーバートレーニングや精神的コンディションにおける心因的因子の評価に用いられるものとして正しいのはどれか。2つ選べ。
- POMS
  - TMD
  - PCI
  - Borg 指数
  - SAID
- 問41 ストップ・方向転換動作に対する股関節、体幹機能の影響について誤っているのはどれか。2つ選べ。
- 前方へのランニングからのストップ動作では、体幹部に前方への慣性が働く。
  - 方向転換時には体幹の回旋を伴うが、直立時の方が身体の回転は遅くなる。
  - 前方へのランニングからのストップ動作では、体幹後方筋群が働かないと体幹のあおり動作が出現する。
  - 両脚を前後に広くスタンスをとるストップ動作時には後方の下肢に多くの減速力が加わる。
  - 股関節外転筋の機能低下は、トレンデレンブルグ肢位の誘因にもなる。
- 問42 スケートの競技特性について誤っているのはどれか。
- 選手の多くは腰痛を経験しているため、コアスタビライゼーションなどの再発予防を意図したエクササイズが重要となる。
  - スピードスケート競技者は腰部を強く屈曲した姿勢を維持するため、腰背筋群には常に緊張がかかり、腹筋群は短縮傾向にある。
  - ショートトラック競技者では、下肢の外傷・障害の他に、転倒による切創も多くみられる。
  - スケート競技者にみられる腰椎椎間板の変性は、女性競技者にみられることが多い。
  - フィギュアスケート競技者は、下肢の外傷・障害よりも腰痛症などの過労性障害が圧倒的に多い。

- 問 4 3 あたり動作のバイオメカニクスについて正しいのはどれか。2つ選べ。
- a. 人体の衝突においては、体重が重くて速い競技者の方が強くあたることができる。
  - b. 力学的な強いあたりは、スポーツにおける優れたあたりと一致する。
  - c. 体重が軽くても、速い速度であたることによって重い競技者に勝つことができる。
  - d. 人と人が衝突するとき、人体は相手に伝達する力以上の反作用を受け取る。
  - e. あたりの瞬間の重心が低いと重心が上方に移動し、推進力が得られにくくなる。

- 問 4 4 体力測定の方法について正しい組み合わせはどれか。2つ選べ。
- a. 敏捷性 — 垂直跳び
  - b. 筋力 — 握力
  - c. 全身持久力 — 反復横跳び
  - d. 柔軟性 — 長座体前屈
  - e. 筋パワー — 背筋力

- 問 4 5 柔道の外傷発生について正しいのはどれか。2つ選べ。
- a. 上肢外傷の発生機転で多いものとして、相手に倒された時がある。
  - b. 肩から落下した場合、直達外力で肩関節前方脱臼を生じることが多い。
  - c. 下肢外傷は相手を投げようとした際、軸足に発生することは少ない。
  - d. 手を強く着いた場合でも、肘関節脱臼は発生しにくい。
  - e. 足部を固定され、膝外側から外力が加わると、足関節は外反強制される。

- 問 4 6 走動作と外傷・障害の発生について誤っているのはどれか。
- a. ハムストリングスはフットディセントで遠心性に収縮し、サポート期では求心性に収縮するため、この切り返しで肉ばなれが起こることがある。
  - b. 骨盤後傾などで後方重心になると、膝蓋腱に強い伸張ストレスが加わる。
  - c. ミッドサポートからテイクオフにかけての股関節屈曲運動を、腰椎伸展運動で代償することにより腰痛が発生する。
  - d. サポート期に knee-in & toe-out を呈している場合は、シンスプリントの発生につながる可能性がある。
  - e. テイクオフからフォロースルーにかけて股関節内転、内旋が強くなるフォームは、腸脛靭帯炎の発生につながる可能性がある。

- 問 4 7 筋力エクササイズが禁止される場合について誤っているのはどれか。2つ選べ。
- a. 易疲労性疾患
  - b. 廃用性筋萎縮
  - c. 腫脹や疼痛のある部位
  - d. 炎症の急性期
  - e. 末梢神経障害

- 問48 コンディショニングの要素である身体的因子として誤っているのはどれか。2つ選べ。
- 対人関係
  - 身体組成
  - 技術
  - 高所順化
  - 筋力
- 問49 バレーボール選手の外傷・障害について誤っているのはどれか。2つ選べ。
- ジャンプの踏み込み動作で膝が外反することで膝蓋靭帯炎（内側型）になりやすい。
  - 踏み込み動作では、つま先から踏み込んだ方が膝関節への負担が大きくなりやすい。
  - 大腿直筋の短縮が膝蓋靭帯炎の発生に関係することはない。
  - 膝蓋靭帯炎による荷重時の痛みはランジ動作などで確認できる。
  - 下腿前傾が不十分な競技者に対しては、足関節底屈制限の有無を確認する。
- 問50 熱傷について正しいのはどれか。2つ選べ。
- 一刻も早く冷却することが望ましい。
  - 衣類の上から熱湯をかぶった際は、無理に衣類を脱がさず衣類の上から冷却する。
  - Ⅲ度熱傷では、患部に強い痛みがある。
  - 成人の熱傷面積を判断する際は、身体背面で9%と算定する。
  - 体表の30%を超える重症熱傷の際には、ショック状態を引き起こす可能性もある。
- 問51 筋力トレーニングのプログラムについて誤っているのはどれか。2つ選べ。
- 一般的にエクササイズで挙上した負荷、反復回数、セット数を積算し、トレーニング量として活用される。
  - 筋肥大を目的とする場合は、身体を十分に回復させて次のセットを行う。
  - トレーニング効果を高めるために、競技や鍛錬度に関わらず週2～3回の頻度で行う。
  - エクササイズの配列としては、一般的に多関節を動員する種目から行い、その後単関節を動員する種目を選択する。
  - 同じ筋群が連続して使用されないようにするには、「ベンチプレス→ショルダープレス→ベントオーバーロー」の順で行う。
- 問52 筋力の大きさを決定する要因について誤っているのはどれか。
- 筋線維のタイプ
  - 脊髄の興奮水準の高さ
  - 筋線維の断面積
  - 筋収縮に動員される筋線維数
  - 大脳の興奮水準の高さ

- 問 5 3 突き指の救急処置について正しいのはどれか。 2つ選べ。
- a. 突き指の中には重篤な損傷を伴っているケースもあるため、注意深く評価し、処置を行う。
  - b. **mallet finger** が疑われる場合は、PIP 関節伸展位で固定する。
  - c. 受傷部が動かないよう、三角巾を用いて肩から吊り下げて固定する。
  - d. 脱臼が疑われる場合は、ただちに整復を試みる。
  - e. 側副靭帯損傷が疑われる場合は、隣接する指を副子としてテーピングで固定する。

- 問 5 4 水泳選手の肩インピンジメント症候群に対するアスレティックリハビリテーションを行う際、留意すべきことについて誤っているのはどれか。 2つ選べ。
- a. 水泳選手は関節弛緩性の高い者が多い。
  - b. 水泳のクロールのキャッチ動作では、肩挙上位での内旋動作となり鎖骨下面で棘上筋や棘下筋が擦れる。
  - c. 肩の 3rd ポジションで肩甲上腕関節の外旋を行い、外旋筋をストレッチする。
  - d. 近位抵抗の外転エクササイズにより、外転初期での上腕骨頭の上方移動を抑制しながら、棘上筋の骨頭取り込み作用の改善が期待できる。
  - e. キック板（ビート板）の使用は、肩の疼痛を増強させることがあり、注意を要する。

- 問 5 5 頭頸部・脊椎外傷時の現場における救急処置について正しいのはどれか。
- a. 意識の確認を行う際は、肩を揺らして確認する。
  - b. うつ伏せから仰向けにする際、頭頸部には触れないようにする。
  - c. スパインボードで搬送する際は、頭部方向に向かって進む。
  - d. アメリカンフットボールでは、ヘルメットとショルダーを装着したままスパインボードに固定する。
  - e. うつ伏せで倒れた選手がいた場合、顔がみえるよう背臥位にしてから意識の確認を行う。

- 問 5 6 足関節捻挫後のアスレティックリハビリテーションについて正しいのはどれか。 2つ選べ。
- a. 損傷が疑われる部位を絞り込むために、まず他動的なストレスを関節周囲にかける。
  - b. 側方安定性に関与する腓骨筋群、後脛骨筋などの筋機能回復は重要である。
  - c. 外側靭帯損傷では、エックス線ストレス撮影による **congruence angle** で重症度を鑑別する。
  - d. 急性期では、他動運動により痛みが出現する運動方向を確認する。
  - e. 慢性例では、骨棘形成や関節鼠を伴い、リハビリテーションの進行に難渋することもある。

- 問 5 7 あたり動作のフォームについて誤っているのはどれか。 2つ選べ。
- a. 腰椎過伸展を回避するため脊椎を直線化し、チンインをして頭部前方位を保持する。
  - b. コンタクト中のバランスを保つため、下肢のクロスオーバーステップは回避する。
  - c. イニシャルコンタクトは、上肢で衝撃を緩衝しつつ頭部や肩を効果的に使う。
  - d. つま先と膝の方向を一致させ、重心の上下動によってコンタクトの高さを調節する。
  - e. 踏み込み足が地面を叩く瞬間にヒットするようにタイミングを意識する。

問58 サークットトレーニングについて誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 筋力、パワー、筋持久力、全身持久力などの多くの体力要因を同時に総合的に高めることができる。
- b. 全身の筋に刺激を与えることは、体力を高めるだけでなく障害を予防することにもつながる。
- c. 実施上の注意点として最も留意すべきことは、動作を正確に行うことである。
- d. 種目間のつなぎ（回復）として、ジョギングを長く速くすると主に筋持久力を高めるのに効果的である。
- e. それぞれのスポーツの専門的運動は除外して計画する。

問59 ハンドボールの外傷・障害について誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 膝前十字靭帯損傷の発生率は低い。
- b. コンタクトプレーによる外傷発生は少ない。
- c. シュートブロックにより、肩腱板損傷や肩関節脱臼などが発生することもある。
- d. ゴールキーパーは顔面や眼球の外傷も多い。
- e. スローイング動作に伴う腰椎前弯の増強により、腰部の痛みにつながることもある。

問60 敏捷性や協調性について誤っているのはどれか。

- a. コンタクトスポーツでは、敏捷性能力が劣るとタックルを受けやすく、また不十分な姿勢でのタックル動作になりやすい。
- b. バランス保持能力やリカバリー能力などが低ければ、外傷の危険性も高くなる。
- c. 敏捷性や協調性の測定は、外傷・障害予防のスクリーニングテストとは異なる。
- d. ストップやターンは、協調性のテスト結果とあまり関係がない。
- e. 特に球技系選手のリハビリテーションからの復帰時には、再発の予防のために敏捷性や協調性のテストは不可欠である。

問61 コーディネーショントレーニングについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. さまざまな種類の能力が総合的に発揮される能力を向上するねらいで行われる。
- b. スタビリティトレーニングやアジリティトレーニングも含まれる。
- c. 身体バランスを維持し、崩れをすばやく回復する定位能力が高められる。
- d. リズムを作ったり、真似したり、タイミングをつかむ識別能力が高められる。
- e. 刺激の方法は単調なものとし、これを反復させると効果的である。

問62 スポーツ現場における救急処置について誤っているのはどれか。

- a. 「救急法」の習得には、スポーツ外傷に関する知識も必要になる。
- b. アスレティックトレーナーが行う救急処置においても医療者への引き継ぎを行う。
- c. アスレティックトレーナーは救急処置で用いる資器材の扱いに慣れておく必要がある。
- d. アスレティックトレーナーは外傷発生時に初期対応することが多い。
- e. スポーツ現場で発生する外傷は、競技種目ごとに想定することは難しい。

問63 頰椎の外傷について正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 上位頰椎の損傷では、死亡事故に直結することがある。
- b. 中下位頰椎の脊髄損傷では支配神経以下の不可逆的な麻痺をきたし、予後は悪い。
- c. 頰椎捻挫では、自律神経の異常を伴うことは少ない。
- d. 頰椎捻挫は、頰椎周囲の軟部組織の微細損傷により発症することはない。
- e. ラグビーやレスリングのタックルなどによる頰椎捻挫では、伸展損傷が最も多い。

問64 足関節のテーピングについて正しいのはどれか。

- a. オープンバスケットウィーブでは、アンカー以外のテープはホースシュー状に行い、下腿前面、足関節前面、足背部を開放しておく。
- b. 外がえし捻挫に対するスターアップは、外反を制限するために、外側から内側に引っ張り上げる。
- c. ヒールロックテープは、踵骨の側方への動きを抑える目的で行い、外側・内側に均等に行う。
- d. フィギュアエイトは内がえし捻挫、外がえし捻挫ともに、外果の少し上から始め、足底でテープが斜めにならないようにする。
- e. 背屈制限を目的として、アンカー・スプリットテープ・サポートテープを行う場合、足関節の肢位はやや背屈位を保持させる。

問65 アスレティックトレーナーの組織や倫理について誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 競技者のことは自分が全部知っているという気持ちが必要である。
- b. 医療関係法規を遵守し、業務上知り得た秘密を守らなくてはならない。
- c. 対象者へのインフォームド・コンセントを行うことは重要である。
- d. メディカルチームには、運営役員を含めることもある。
- e. 自然災害対策は予測できないことが多いので、安全対策からは外しておく。

問66 柔軟性とスポーツ外傷・障害の関係について誤っているのはどれか。

- a. 膝蓋大腿関節障害は大腿四頭筋の柔軟性低下が関係している。
- b. 鷲足炎は縫工筋、薄筋、半腱様筋の柔軟性低下が関係している。
- c. 腸腰筋の柔軟性低下は腰椎後弯を助長させ、腰痛の原因ともなる。
- d. 下腿三頭筋の柔軟性低下は着地衝撃吸収の効率を悪化させ、脛骨過労性骨膜炎の原因となる。
- e. ハムストリングスの柔軟性低下は肉ばなれに関係する。

問67 膝前十字靭帯損傷のアスレティックリハビリテーションについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 円周走や8の字走は小さな曲率から始め、徐々に曲率を大きくしていく。
- b. 跳躍動作は、片脚スクワットでknee-inの制動が可能になってから開始する。
- c. knee bent walkは股・膝関節屈曲位を保持し、重心の高さを上下しながら前進する。
- d. ツイスティングは足先と膝の方向を一致させ、母趾球荷重でサイドステップを繰り返すものである。
- e. ストップ動作は、一歩ではなく数歩かけてストップする練習を取り入れる。



- 問68 徒手抵抗ストレッチングのアイソメトリック法について誤っているのはどれか。
- スタートポジションは痛みがなく、やや張りを感じる関節角度から始める。
  - 競技者には関節運動を生じさせず5カウントで徐々に力を発揮させる。
  - 競技者は徐々に力を抜きリラックスする。
  - リラックスしている間に能動的にストレッチングを行う。
  - ストレッチングは3~5回繰り返すものとし、2回目からは初めの関節角度より上げた位置からはじめる。
- 問69 大腿屈筋群肉ばなれについて正しいのはどれか。2つ選べ。
- 受傷直後は患側への体重負荷時、歩行時は松葉杖などを用いたほうがよい。
  - リハビリテーション初期・中期においては、再受傷予防のため急激な動作、過度のストレッチングはなるべく避ける。
  - リハビリテーション後期におけるランニング開始時には、トレーニング前後でアイシングを行う。
  - ランニング開始前の筋力トレーニングでは閉鎖性運動連鎖（CKC）エクササイズを中心に行う。
  - 筋力では大腿屈筋群と大腿伸筋群との比率を0.4前後とするように筋力トレーニングをすることが理想である。
- 問70 フィットネスチェックにおける筋力測定について正しいのはどれか。2つ選べ。
- 筋力計を用いて測定する場合は、スポーツ種目に応じて測定装置を選択する必要はない。
  - 筋力の評価方法として、筋の太さの評価は含まれていない。
  - 競技者は体重を支え、移動させるという点から代表的な測定項目として脚伸展力の測定がある。
  - 敏捷性の代表的な測定として上体起こしテストが用いられる。
  - 筋力を主観的に評価する方法として、徒手筋力テストがある。
- 問71 緊急対応計画について正しいのはどれか。2つ選べ。
- 事故や外傷を想定し、対応策を具体的に記した行動計画である。
  - 緊急対応計画の項目には「緊急」の定義を含む必要がある。
  - 緊急対応計画の変更は関係者の混乱を招くため、見直しや変更は望ましくない。
  - 多くの緊急状況に適應するよう抽象的表現を多用した内容が現実的である。
  - 緊急時の対応の評価手順を **emergency action plan** と呼ぶ。
- 問72 物理療法について正しいのはどれか。2つ選べ。
- 冷水浴で広範囲を冷却する場合の水温は、2~4℃が効果的である。
  - 寒冷療法の生理学的効果には、代謝の低下、一次的血管拡張と二次的血管収縮、毛細血管透過性の低下、神経活動の低下、筋紡錘活動の低下などがある。
  - 寒冷過敏症、レイノー現象、末梢循環障害は寒冷療法の禁忌となる。
  - 温熱療法の生理学的効果には、血管拡張、疼痛閾値の低下、代謝率の上昇、組織伸展性の上昇などがある。
  - 冷水浴において、つま先に強い痛みを感じる場合には、ソックスなどでつま先を保護することが望ましい。

問73 アイシングの禁忌・一般的注意事項について正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 血行障害がある場合には、組織への血液供給を必要以上に阻害してしまう可能性があるため、冷却は避けるべきである。
- b. 凍傷の予防には、使用する氷の温度よりも冷却時間の方が重要である。
- c. 寒冷蕁麻疹などの寒冷刺激に対する過敏症があったとしても、疲労回復に対するアイシングは積極的に用いるべきである。
- d. アイシングは、運動指令・知覚情報の伝達を妨げ、正確な運動遂行に影響を与えることも考えられる。
- e. 睡眠中や意識障害があるなど覚醒水準が低い場合でも、アイシングの実施は有効である。

問74 下肢のアライメントについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. X脚は膝関節内側に圧縮ストレスがかかりやすい。
- b. 回内足は踵部が外反した状態である。
- c. Q-angleの増加は膝蓋骨の外方変位に作用する。
- d. 横アーチが消失し前足部が扇状に広がった状態を凹足という。
- e. 母趾の基節骨が内転した状態を外反母趾という。

問75 腰痛疾患の評価について誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 姿勢の評価は前額面で行う。
- b. 屈曲動作では、骨盤の前傾や胸椎部と腰椎部が、それぞれ適切に屈曲しているか確認する。
- c. 体幹回旋運動は、胸椎の動きが主体となる。
- d. 腰痛の原因になる股関節屈筋の短縮は尻上がりテストで、大腿直筋の短縮はトーマステストで確認する。
- e. 股関節以外に腰痛に影響する部位は、胸筋など肩甲骨周囲筋の短縮、上肢の挙上制限、足関節可動性の低下などがある。

問76 クーリングダウンについて誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 疲労回復と外傷・障害予防が目的のため、両者を考慮した内容を組み入れるべきである。
- b. めまい、吐き気、失神を防止する効果がある。
- c. 競技結果によって実施の有無を決めるようにする。
- d. 試合や運動後の交感神経の興奮を下げ、精神的安定をもたらす効果がある。
- e. 1日で複数の試合がある場合は、試合時間に関わらず常に十分な時間をかけて行う。

問77 頸椎捻挫について正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 急性期は安静を原則として寒冷療法を用いる。
- b. 受傷現場からの搬送など急性期には、頸椎カラーを用い固定する。
- c. あたり動作開始までは骨症など合併症がなくても、頸椎カラーでの固定は継続する。
- d. 急性期が過ぎ、痛みが軽減してきたら抵抗運動により可動域の回復を試みる。
- e. あたり動作を開始する際には、損傷に至った方向をまず最初に確認する。

問78 フィールドテストにおける各種測定と測定内容について誤っているのはどれか。2つ選  
べ。

- a. 立幅跳は、最大パワーを測る方法である。
- b. 300mシャトルランは、無酸素性持久力を測る方法である。
- c. マルチステージテストは、有酸素性持久力を測る方法である。
- d. Yo - Yo テストはアジリティ能力を測る方法である。
- e. T テストは、間欠的持久力を測る方法である。

問79 陸上競技の各種目と発生頻度が高い外傷・障害の組み合わせのうち、誤っているのはど  
れか。2つ選  
べ。

- a. やり投げ            — 舟状骨骨折
- b. 長距離種目       — 足関節捻挫
- c. 砲丸投げ           — 手関節の外傷・障害
- d. 短距離種目       — ハムストリングス肉ばなれ
- e. 走跳種目           — シンスプリント

問80 心肺蘇生法を一時中断または中止してよい場合について誤っているのはどれか。

- a. 傷病者自身が普段と変わらない自発呼吸や血液循環が回復した場合
- b. 救助者に危険が迫った場合
- c. 救助者自身が蘇生不可能と判断した場合
- d. 救助者の疲労により継続が困難になった場合
- e. 別の救助者と交代する場合

問81 ウォーミングアップによる体温（筋温）上昇がもたらす効果について正しいのはどれか。  
2つ選  
べ。

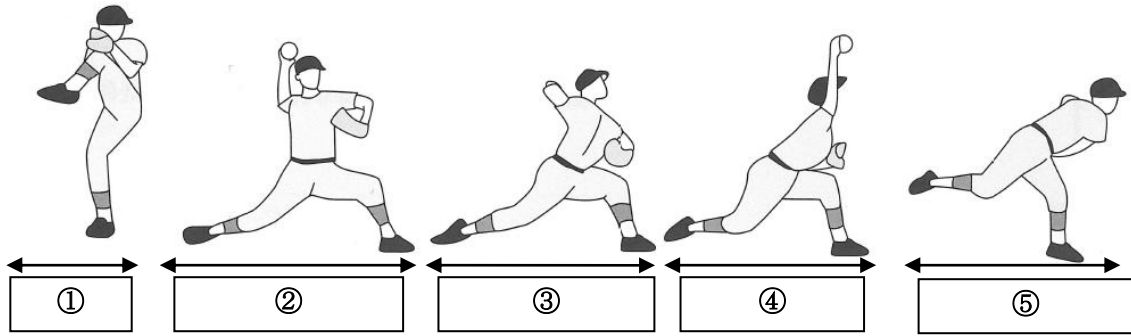
- a. 筋肉中のカルシウムイオンが活性化する。
- b. 中枢神経の興奮性を抑える。
- c. 筋肉の粘性が高まる。
- d. ヘモグロビンの酸素結合度が高まる。
- e. 筋収縮におけるエネルギー消費が低減する。

問82 関節可動域エクササイズにおいて、関節運動を引き起こす運動のうち誤っているのはど  
れか。

- a. 他動運動
- b. 等張性運動
- c. 自動介助運動
- d. 等尺性運動
- e. 自動運動

- 問 8 3 手関節捻挫のテーピングについて、正しいのはどれか。 2つ選べ。
- 前腕部にアンカーを行う際は、手をいっぱい広げさせるとともに手関節をわずかに掌屈させる。
  - サーキュラー状に巻くだけのテーピングは、必ず手関節周辺の腱を緊張させ、茎状突起より遠位から始める。
  - 手部のアンカーは必ず手をいっぱい広げさせ、中手指節関節上に行く。
  - 背屈制限に対するテーピングを行う際の肢位は、手関節やや掌屈位、前腕回外位で行う。
  - 動きの制限の程度は手関節の角度及びテープを引っ張る強さで調整する。
- 問 8 4 日本体育協会公認アスレティックトレーナー養成事業について正しいのはどれか。 2つ選べ。
- かつての文部大臣認定事業に位置付けられていた。
  - 公認スポーツ指導者とは異なる。
  - カリキュラムには、共通科目と専門科目がある。
  - ジュニアから高齢者のサポートをする役割で養成が開始された。
  - 現場実習には、救急法救急員資格の取得も含まれる。
- 問 8 5 肩関節前方脱臼における装具の働きについて正しいのはどれか。
- 過度の肩関節内旋および内転を制動する。
  - 肩関節挙上および外転を制動する。
  - 肩関節内転とわずかな伸展を制動する。
  - 肩関節外転とわずかな屈曲を制動する。
  - 過度の肩関節伸展や外旋運動を制動する。
- 問 8 6 トレーニングの原則について正しいのはどれか。 2つ選べ。
- 適齢性の原則
  - 特異性の原則
  - 過負荷の原則
  - 多様性の原則
  - 回復性の原則
- 問 8 7 RICE 処置について誤っているのはどれか。 2つ選べ。
- RICE 処置は、1~2 時間に 1 回の間隔で 6~12 時間実施する。
  - RICE 処置の目的は、患部の治療を促進するのではなく 2 次的外傷性損傷を抑えることである。
  - 氷が液体へと変化する時は、約 80cal/g の融解熱を要する。
  - 凍傷の誘因は、冷却媒体の温度・種類、冷却時間、圧迫の度合である。
  - 氷が準備できないときは、湿布を使用すると効果的である。

問 8 8 ~ 9 0 投球動作について以下の設問に答えよ。



問 8 8 投球動作の位相の名称について、図の①～⑤に当てはまるものの組み合わせで正しいのはどれか。

- a. ①windアップ期 ②移動期 ③コッキング期 ④減速期 ⑤テイクバック期
- b. ①windアップ期 ②テイクバック期 ③加速期 ④減速期 ⑤フォロースルー期
- c. ①windアップ期 ②早期コッキング期 ③後期コッキング期 ④加速期 ⑤フォロースルー期
- d. ①片脚期 ②早期コッキング期 ③加速期 ④減速期 ⑤フォロースルー期
- e. ①片脚期 ②テイクバック期 ③コッキング期 ④加速期 ⑤減速期

問 8 9 図の位相と投球障害を生じやすい動作の組み合わせで正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. ①—ステップ脚に体重が乗らない投球動作
- b. ②—肘を突き出した投球動作
- c. ③—体が開いた投球動作
- d. ④—肘が下がった投球動作
- e. ⑤—肩内旋を弱めた投球動作

問 9 0 図の各位相で生じやすい疾患名の組み合わせで誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. ③—上腕二頭筋長頭腱炎
- b. ③—棘下筋損傷
- c. ④—関節唇損傷
- d. ④—肩峰下滑液包炎
- e. ⑤—肘 MCL 損傷

問 9 1 膝前十字靭損傷の筋力増強エクササイズについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 下肢伸展挙上を実施する際は、重錘を脛骨近位に巻くなどの配慮が必要である。
- b. 大腿四頭筋セッティング時は、クッションを脛骨近位後方側に置くよう注意する。
- c. レッグカールは下腿外旋位で、大腿二頭筋を優位に収縮させるとよい。
- d. レッグエクステンションは、近位チューブ法や二重チューブ法を利用する。
- e. 関節可動域が 100° 以上になると、固定式自転車を用いたペダリング動作が可能となる。

問9 2 凍傷について誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 救急処置は40度前後に保った清潔な湯で急いで温める。
- b. 凍結組織が壊死を起こしたものを指す。
- c. 汗は凍傷の発生要因の一つである。
- d. 喫煙習慣のある人は凍傷になりやすい。
- e. 体格の大きな人は凍傷になりやすい。

問9 3 最大酸素摂取能力を規定する要因として誤っているのはどれか。

- a. 肺のガス交換能力
- b. 心臓のポンプ能力
- c. コルチゾール濃度
- d. 筋肉における酸素拡散能力
- e. 筋の酸素利用能力

問9 4 大腿前面のストレッチングについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 股関節外旋位で股関節伸展することで腸腰筋が効果的に伸張される。
- b. 股関節伸展位で膝関節屈曲することで、大腿直筋が伸張される。
- c. 股関節を伸展位にして腰椎前弯を強調するように行う。
- d. 腹臥位でパートナーストレッチを行う場合には、腰椎を押さえて固定する。
- e. 股関節屈曲位で膝関節屈曲することで、特に内側広筋・外側広筋・中間広筋が伸張される。

問9 5 膝蓋大腿関節障害に対するアスレチックリハビリテーションについて誤っているのはどれか。2つ選べ。

- a. 電気刺激により選択的に外側広筋の収縮や筋機能を高めることも大切になる。
- b. 動作時の膝蓋骨と大腿骨の間に生じる関節応力を考慮し、進めることが必要である。
- c. 膝蓋骨の脱臼傾向がある時期のマッスルセッティングは、大腿四頭筋が収縮しやすい膝関節完全伸展位での実施が推奨される。
- d. レッグエクステンションでは、膝蓋大腿関節の圧迫力増大に伴う疼痛の出現に注意をする。
- e. 膝屈筋群、殿筋群、足関節周囲筋の柔軟性向上のためのストレッチも積極的に行う。

問9 6 肩のテーピングについて正しいのはどれか。2つ選べ。

- a. 前方脱臼では、スパイラルテープの1本は、肩鎖関節を押さえるように貼る。
- b. 肩鎖関節捻挫では、胸部、背部のアンカーを貼る時は、必ず息を吸わせて胸郭を広げた状態で行う。
- c. 肩鎖関節捻挫では、上腕部から引き上げる目的で行うサポートテープは、頸部までしっかり貼る。
- d. 前方脱臼では、外転・外旋制限を目的とするため、肢位は外転、外旋位で行う。
- e. 前方脱臼では、外転制限は、スパイラルテープを行う際の上腕部の外転角度、及び肩関節前面を通るテープの位置で調整する。

問 9 7 各競技種目における救急処置について正しいのはどれか。 2つ選べ。

- a. アメリカンフットボールで頸部損傷が疑われる場合には、安易にヘルメットを外さないように注意をする。
- b. 体操競技では、競技続行の判断は競技者の主観に委ねる。
- c. 日本陸上競技連盟が主催する大会では、スリーステーション制がとられて救急処置にあたる。
- d. ラグビーでは、給水係もフィールド内の処置が実施できる。
- e. 体操競技では、救護トレーナー自身の判断で競技区域内に入ることができる。

問 9 8 シューズの基本機能として誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. 安定性
- b. 保温性
- c. 衝撃緩衝性
- d. 適合性
- e. 乾燥性

問 9 9 現場における救急体制について誤っているのはどれか。

- a. 携帯電話を使用した救急車の要請は、最も近い消防署につながるため有効である。
- b. 消防署の位置、119 番通報の内容、最寄りの病院や診療科目並びに休診などの事前確認が必要である。
- c. 救助に関わるアスレティックトレーナーは、救急搬送ルートを把握しておく必要がある。
- d. 救急車を要請するのは誰であるか、確認しておく必要がある。
- e. 審判の許可無く選手の救急処置をすることができない競技もある。

問 1 0 0 足底挿板について誤っているのはどれか。 2つ選べ。

- a. 足型を石膏ギプスで採型する方法もある。
- b. 各チップを組み合わせて作製し、足部形状を矯正する方法もある。
- c. 横アーチのサポートは、踵骨アライメントの改善に用いる。
- d. スポーツシューズに使用する場合、水泡や痛みの増加に留意する。
- e. 足部アーチをしっかりと保つために素材は極力硬い方がよい。