

公益財団法人 日本サッカー協会
2021年度 第5回理事会
報告事項より抜粋
(2021年5月13日 開催)

※ヘディングについてのJFAガイドライン作成・発信の件

【ガイドライン作成の背景】

プロサッカー選手は一般人より認知症など神経変性疾患で死亡するリスクが3倍以上も高いとする研究結果(Mackay, D. et al. 2019)などを受けて、スコットランド、イングランドなどのサッカー協会は、若年代でのヘディングの禁止と段階的なヘディングの導入のガイドラインを策定した。同様に、アメリカでは子どものスポーツ中の脳震盪についての問題意識が高く、サッカーにおいてはヘディングがその対象となり、練習や試合でのヘディングの禁止や制限がなされるようになった。リスクを避けるために禁止すると判断することは簡単であるが、「正しく恐れ」、適切な段階的習得により積極的に取り組むことが重要と考えられる。

【ガイドライン作成の目的】

ヘディングの認知機能への影響を多角的に確認し、リスクを低減した低年齢からの適切な正しい技術の習得のガイドラインを作成した。リスク低減のためにも、正しいテクニックを習得することが重要であると考え、安全に、脳へのダメージのない強度・方法で、低年齢より段階を追ってヘディングを習得するステップのガイドラインを作成する。併せて、習得に安全で有効な用具の開発にもアプローチしていく予定である。

【JFAの方針】

ヘディングによる頭部への衝撃などが脳機能へ影響するリスクを最大限に配慮し、低年齢からの適切なヘディング技術の習得のガイドラインを示す。子どものサッカーにおいてヘディングの頻度は低く、ゲームでの最重要の要素ではないが、安全の観点も含めて正しい技術の習得が将来に向け必要である。またコーディネーションの発達、技術習得の観点から、キッズ年代からのヘディング技術習得のためのトレーニングや指導は必要である。子どもたちの安全を守るために全ての指導者がこのガイドラインを理解し、指導することが大切である。さらに、ヘディングに関わるリスクについてはその科学的な根拠は十分ではないが、今後の医科学的な研究の報告を十分にフォローしながら本ガイドラインはアップデートしていかなければならない。