

「野球ひじあるある」チェックシート

東総地区少年野球連盟

あてはまるものをチェックしましょう！

5個以上あてはまったら、保護者の方も「野球肘検診」へGO！

- 1. うちの子に限って「ひじ痛」になるわけないと思っている。

どこのポジションでも「野球ひじ予防」は必要です。

- 2. うちの子は何でも話をしてくれる。

ひじが痛くなった時、どの時点で子どもは打ち明けてくれるでしょうか？

- 3. ピッチャーの子だけがアイシングをするのだから、うちの子は必要ない。

上級生のアイシング姿は後輩の憧れの的です。

上級生になってからではなく、今から予防しましょう！

- 4. 監督・コーチにひじが痛いと言えられない……。

わが子の活躍を見たいのが第一優先事項ですよ。でも……。

- 5. 日本ハムの大谷翔平は体が柔らかいから活躍する選手になったのだと思う。

すべてにおいて柔らかいようです。

- 6. うちのパパは「気合だ！」「俺の頃は……」と根性論を子どもに押し付ける。

お父さんの理解が子どもたちの将来を左右します。

- 7. ひじ痛になって医療費を払うぐらいなら、子どもにおいしものを食べさせてあげたい。

医療費を極力抑えるためには予防です。

- 8. 子どものひじ痛よりも私の腰痛を何とかしてほしい。

検診していただける先生は「腰痛予防」のエキスパートでもあります。

- 9. 子どもは中学生になっても野球を続けたいようだ。私にはわかる。

中学に入って「ひじ痛」に悩む子どもは意外と多いです。

- 10. ひじ痛の予防方法がわかれば子どもと一緒に実践できると思う。

「勉強しなさい！」と同じように「あんたひじ痛予防しなさい！」では

続くわけはありませんよね。一緒に協力しましょう。

- 11. うちの子は監督・コーチから投げ方の基本を覚えてもらった事がないかも知れない。

子どもはもっと野球を教えてほしいと思っているようです。

- 12. 野球についての本を買ったものの、あまり読んでいない。

検診スタッフの方に具体的な質問をして解決しましょう！

☆お知らせ☆ このチェックシートは提出の必要はありません。

