

Jalan Jalan インドネシア

第81回「スポーツ愛好家の味方、ロイヤル・スポーツ・パフォーマンス・センター」

コロナ禍で自宅滞在時間が増えているジャカルタ市民や在留日本人は運動不足に陥っていることだろう。こういう時期だからこそ、ジョギングやウォーキングさらにサイクリング、そしてゴルフ、テニス、水泳など「3密」を避けることができ、身体能力の維持と向上も図れる運動、スポーツは不可欠になっているといえる。

しかし、運動による身体への各種影響や疲労などで痛みや異変を感じた場合、どうすればいいのだろうか。医者や病院、クリニックに駆け込むにしてもこうした運動による障害や痛みは果たして「病气」として専門家による相談、診察、治療を受けることが可能なのだろうか、と迷うこともあるだろう。

そうした悩みを一気に解決してくれる専門機関が実はジャカルタにあることを最近知った。ジャカルタ北部にある私立「ロイヤル・プログレス病院」が以前は同院内にあった運動機能を専門とする部門を2019年に分離して、新たに「ロイヤル・スポーツ・パフォーマンス・センター」として開院したのだ。

場所は中心部「スナヤン・シティー」のショッピング・モールの地下2階であり、アクセスはとてもいい。

スポーツ・ジムを思わせるセンター内は各種の運動機能を高める装具が揃えられ、専門のトレーナーの指導で身体各部の機能チェックと機能向上訓練ができるようになっている。



スポーツセンターの正面入り口

センターには「フィジオロジー（理学療法）」や「アキュパンチャー（鍼灸）」「スポーツ・オーソペディック（運動整形外科）」、「栄養」「心臓血管機能」「肺機能」「スポーツ医学」などの専門家、専門医が登録されており、患者の状態、症状に応じて主に「ローヤル・プログレス病院」の医師などが派遣されてくる。

たとえば「理学療法」の分野では「テニスやゴルフによるひじの異状」や「膝や膝小僧の痛み」「足首の捻挫」「足の裏の異状」「肩の痛みや凝り」「椎間板ヘルニア」「アキレス腱損傷」「各種筋肉痛」などを対象にして、患者の症状に応じた理学療法で対応しているとされている。

知り合いの紹介でこのセンターで腰痛の症状への治療をお願いしたら、「ローヤル・プログレス病院」から予約時間に合わせて専門の医師が派遣され、まずは診断を受け、理学療法と鍼（はり）治療を受けた。

理学療法も鍼もそれぞれに専門教育を受けたプロによる施術で、意思疎通は英語でも十分可能なのも、医学用語や専門用語のインドネシア語に無知な身には頼もしかった。

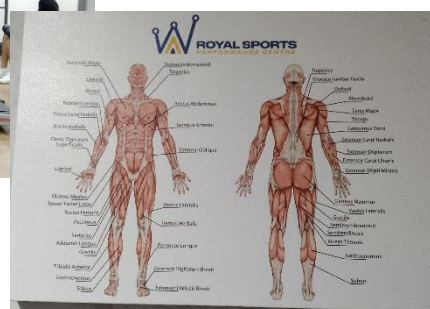
派遣されてきて診察に当たった医師は広島で医学を学んだという日本通で、しばし日本事情や日本食の話題で盛り上がった。

同センターはインドネシアのバスケットチームと契約を結んで選手の普段からの身体ケアから負傷した選手の診察、治療から復帰までのトレーニングを請け負っており、他のスポーツ団体、選手との契約も順調に進んでいるという。

言ってみればインドネシア・スポーツ界の選手たちを医療の面から支える新しい施設といえるだろう。



室内はジムのように各種運動器具が並ぶ（上）
身体構造の図解（右）



スナヤン・シティーに出かけた際に、「パニン・タワー」の地下2階にある同センターをのぞいて、パンフレットなどを手にしてみてもはどうだろうか。ショッピング・モールの1階から直接「パニン・タワー」に行き、タワー専用エレベーターで地下2階にアクセスできる。

そして最近のゴルフやテニス、ジョギングなどで気になる痛みや症状を受付で伝えれば、どのような対応が可能か、丁寧に専門スタッフが応えてくれる。



筋力を鍛える各種器具



バスケットチームのサイン入りユニフォームも飾られている



スポーツセンター各種パンフレット



壁にあるマイケル・ジョーダンの言葉