

地域情報（県別）

【山梨】県内初の精神科医スポーツドクター、啓発活動推進へ-川崎洋介・特定医療法人南山会理事長に聞く◆Vol.1

きっかけは先輩医師からの相談、2年かけて資格を取得

2026年2月18日 (水)配信 m3.com地域版

2025年10月、峡西病院などを運営する特定医療法人南山会（山梨県南アルプス市）の川崎洋介理事長が、公益財団法人日本スポーツ協会からスポーツドクターに認定された。スポーツドクターの多くは整形外科医であり、精神科医は全国でも少なく、県内では初。自身もスポーツ愛好家である川崎氏は現在のスポーツ指導のあり方に疑問を呈し、「メンタルヘルスクアの重要性を啓発していきたい」と話す。（2026年1月28日オンラインインタビュー、計2回連載の1回目）

▼第2回はこちら



認定証を手にする川崎洋介氏（法人提供）

「スポーツは心技体、“心”のサポート担ってほしい」

——川崎先生は2025年10月、公益財団法人日本スポーツ協会からスポーツドクターに認定されました。まずは、この資格を取ろうと思った経緯をお聞かせください。

スポーツドクターには以前から関心がありました。私自身、スポーツが好きで、中学から大学までソフトテニスの部活に所属し、50歳を過ぎた今もランニングを日課としています。年に1回のフルマラソン、年に2、3回のハーフマラソン出場がルーティンとなっています。

資格取得を考えたきっかけは、山梨県の高校、そして杏林大学の先輩でもある「くつま整形外科医院」（富士川町）の久津間健治院長から相談を受けたためです。当法人が運営する峡西病院の近くで開業している久津間先生とは以前から親交があり、スポーツドクターを務めている先生からスポーツ現場の課題として「選手のメンタルヘルスクアが不十分」とお聞きしました。スポーツはよく「心・技・体」と言われます。「私たち整形外科医は技と体にはアプローチできるけれど、心の部分はどうにもできない。だから、君が精神科医としてスポーツドクターとなり、フォローしてもらえないか」と。

——資料によると、スポーツドクターに認定されている精神科医は全国的に少なく、山梨県では初だといえます。そもそも、スポーツドクターを志望する精神科医の少なさが背景にあるのでしょうか。

それを含めて複数の要素が挙げられると思います。まず、スポーツドクターとしての精神科医のイメージが確立していないのでしょう。精神科医の場合、整形外科医のようにチームに帯同し、選手が試合で外傷を負った時などに専門的な治療を行うことは難しいため、「精神科医がスポーツドクターになって役に立つのか」と疑問に思う人が多いのではないのでしょうか。競技スポーツの場合、精神科医の役割は試合中よりその前後のメンタルトレーニングやメンタルヘルスクアが中心になります。久津間先生から相談を受けた時も「山梨県にまだ精神科医のスポーツドクターがないから、先生がモデルケースになってほしい」と言われました。

加えて、スポーツドクターの認定要件も影響していると思います。この資格を得るには日本スポーツ協会または協会加盟団体からの推薦と、免除者を除いて2年間の講習受講が必要です。私は幸いにも先に挙げた経緯があったため、久津間先生を通じて同協会から推薦を受けることができました。

指導者の根性論を問題視「選手である前に人間」

——先生自身は「スポーツとメンタル」において、どんなことが課題だと思いますか。

指導者が依拠する根性論は問題だと考えています。「メンタルが弱いのはスポーツ選手としてあるまじきこと」「精神的な不調をきたすのは気が緩んでいるから」といった考え方が、学校の部活や地域のスポーツだけでなく、プロの世界でもある印象を受けます。

しかし、スポーツに携わる人は選手である前に人間なので、「選手だからメンタルが強い」ということはありません。世界を見れば、オリンピックなどで好成績を取って英雄視されていた人でも、負けると一転してSNSなどで多くの誹謗中傷を受けることがあります。中には心に傷を負って活動を中断してしまうケースもあります。体のトレーニングと同じように、メンタル面でもサポートやトレーニングが重要だと啓発していく必要があると思います。

スポーツで幸せを感じることが、病気の予防につながる

——全国的にも精神科医のスポーツドクターが少ない中、どのように活動を推進していきたいお考えですか。

先に挙げた問題意識を踏まえて、今後の活動内容としては主に3つを想定しています。（1）部活動や地域スポーツ団体へのメンタルヘルス講習や相談支援、（2）心の問題を抱えるスポーツ選手への専門的カウンセリング、（3）高齢者の転倒や認知症の予防に向けた医療・運動連携プログラムの開発です。

活動の芽は、少しずつ生まれています。地元紙である山梨日日新聞の取材を受けて、2025年12月28日に記事が紙面に掲載されたところ、「スポーツの観点から認知症の予防について語っていただけないか」と講演依頼がありました。過去にも認知症予防について地域でお話しする機会はありませんでしたが、スポーツと絡めたものは初めてです。

私は、「幸せ」がキーワードになると考えています。幸福度の高い人が認知症になりづらいことは複数の研究結果から示されています。では、どんな時に人が幸せを感じやすいかという、それは周囲との人間関係が良好な時だと考えられています。スポーツを通じたコミュニケーションが良い人間関係をつくり、幸福度を高め、さらに認知症の予防にもつながる——。今までは運動と認知症予防をテーマに「筋力トレーニングが有効」などと伝えてきましたが、スポーツとの関わりがテーマだと、「人間関係」「コミュニケーション」「地域交流」などに絡め、より広くメッセージを発することができそうです。

「幸せ」は当法人のパーパス（存在意義）とも通じます。私は2022年に理事長に就任し、経営論を学びながら2年かけてパーパスをつくりました。それは、「医療と福祉と介護の力で、誰もが幸せだと思える世界を創造する」です。スポーツドクターとして活動を展開する中で、こうした法人像を紹介する機会も得られるとうれしく思います。

◆川崎 洋介（かわさき・ようすけ）氏 ※崎はたつさき

2001年杏林大学医学部卒業。同大学院を修了後、特定医療法人南山会が運営する峡西病院精神科に勤務。2018年同院長。2022年から現職。日本精神神経学会専門医・指導医、日本老年精神医学会専門医・指導医、公益財団法人日本スポーツ協会公認スポーツドクター。

【取材・文＝医療ライター庄部勇太】

記事検索

ニュース・医療維新を検索

