

運動部活動における安全対策について

令和 8 年 10 月

岩手県立花巻南高等学校

運動部活動の実施に当たっては、怪我や事故を未然に防止し、安全に活動することが大前提です。

本校では、今後の運動部活動における事故防止を図ることを目的として、「運動部活動における安全対策について」を策定しました。危機管理意識を高め、安全管理体制を構築するとともに、従来の取組を改めて確認のうえ、必要に応じて活動内容を見直すなど、全ての運動部活動において、安全・安心な部活動を行うこととします。

I 基本的な安全対策の考え方

(1) 安全管理体制の構築

運動部活動については、全教職員・外部指導者・生徒が部活動の意義や各学校等の部活動方針を理解するとともに、部活動におけるルール作りや情報共有など、関わる全ての者の協力体制の下、組織的に取り組むことが重要である。

部活動前には、作成したチェックリスト等による使用施設、設備、用具等の安全点検を行い、また、緊急時における心肺蘇生やAED、エピペン等の救急対応を学ぶ校内研修の実施など、事故発生時の対応力を高め、安全管理体制を構築すること。

【重点項目】

- ① 部活動方針の理解
- ② 安全対策マニュアル等の整備
- ③ 救急法・AEDなど職員研修の実施

(2) 事故防止のための安全に配慮した適切な指導

顧問等は練習中や試合中の不慮の事故を避けるため、生徒の健康観察を行い、健康状態を把握した上で、対象となる個々の生徒の発達段階や能力に応じて安全に配慮した適切な指導を行うこと。生徒の体力や運動技能に合った無理のない指導計画を立案し、部全体の共通理解の下に活動することが大切である。顧問等は、指導する種目にどのような危険が内在するかを把握し、生徒に対しても安全に関する知識や技能を身に付けさせ、安全に配慮した活動ができるような指導をすること。

また、部活動は、顧問立ち会いの下に行うことが原則であり、やむを得ず直接練習に立ち会えない場合には、他の顧問の教員と連携、協力し、あらかじめ顧問の教員と生徒との間で約束された安全面に十分に留意した内容や方法で活動すること、部活動日誌等により活動内容を把握すること等が必要である。このためにも、日頃から生徒が練習内容や方法、安全確保のための取組を考え、理解しておくことが望まれる。部顧問以外の教員が立ち会う場合や生徒が自主的に活動する場合は、危険性の低い内容とし、練習内容や練習方法を具体的に指示した上で行うこと。

【重点項目】

- ① 生徒の健康観察、健康状態を把握
- ② 個人の能力に十分配慮した練習計画・指導（段階的な指導）
- ③ 顧問不在時の対応、他の部顧問との連携
- ④ 顧問等不在時の練習内容の徹底（基本練習に限るなど危険性の低い内容 等）

(3) 日常の活動に潜む危険性（複数の部活動が施設を共用する際の留意点）

日常的にグラウンドや体育館などの活動場所を複数の部活動が共用して練習するような場合、他の部活動の練習や生徒に対して注意を払う意識が薄れたり、配慮すべき安全対策を怠ったりすることがある。そこで、練習場所を防護（防球）ネットやカラーコーンなどにより明確に活動場所を区分して混在しないようにしたり、ボールなどの用具が他の活動場所に飛んでいった場合の合図の確認を双方で行ったりする必要がある。

複数の部が施設を共用する場合は、関係する部間で禁止事項や活動の制限事項などについて、事前に共通理解すること。練習開始時には、禁止事項等について各部で確認し、練習後にはケアレスミスや危険を感じたような出来事等（ヒヤリハット事例）について、顧問等と生徒同士で報告し合い、次の練習に生かすとともに、他の部と情報共有をすること。

【重点項目】

- ① 同一場所で複数部活動が活動する場合には、練習場所の分けや時間帯をずらすなど工夫して実施
- ② 体育館・グラウンド等を共用または隣接した場所で活動する際はルールを明確化
- ③ ヒヤリハット事例の情報共有

(4) 施設・設備・用具等の安全点検と安全指導

運動部活動は、学校施設・設備・用具等を活用して行われるものであり、多くの部活動が共用するものであることから、活動に当たっては、顧問等と生徒が共に施設・設備の安全確認を行うことが大切である。

顧問等は、生徒に、施設・設備及び用具の適切な使用、点検や確認の徹底が事故の未然防止につながることを認識させ、定期的な安全確認・点検を徹底すること。

【重点項目】

- ① 定期的に点検日を設ける
- ② 活動前の用具等の安全確認
（床板のささくれ、マットの隙間、サッカーゴール・ハンドボールゴール等の固定、防球ネット等の破損、支柱ネジ緩み等）

2 運動部活動における安全対策状況調査結果を踏まえた安全対策のポイント

(1) 硬式野球

予想される危険	・キャッチボールの際に捕球できずに体にボールが当たる。 ・打撃練習中に自分の打球が体を直撃、投球されたボールが体を直撃する。 ・練習中・試合中の走者と野手が接触する。 ・守備の際に、強い打球や不規則に跳ねて体に当たる。 ・走塁中に脚部を捻る。野手の送球が体を直撃する。 ・用具を設置中の怪我。 ・熱中症。
事故防止対策	・練習前、練習中、練習後の体調確認をする。 ・ボールから目を離さずに行動する。 ・防球ネットを配置して危険度を下げる。 ・破れたネットを補修する。 ・トレーニングを単独でなく複数で行い、お互いに気をつける。 ・周囲の状況を常に把握する。

(2) 陸上競技

予想される危険	・短・中・長距離・跳躍種目は、他校と共同での練習環境にあり、混雑状況での接触事故の危険性がある。 ・投てき種目は他の種目と練習場を共用で使用するにより、投てき物が他の選手に衝突する危険性がある。 ・投てき種目で後ろ向きの準備局面から投動作に入る場合、直前の前方確認を怠りやすい。 ・回転系の投てき種目は前後左右 360 度に大きく失投する可能性があり危険である。 ・投てき練習ゲージの防護ネットには「たわみ」があり、投てき物が当たった場合に 1～2m ほど伸びるので、ネット間近にいることは危険がある。 ・暑さによる、熱中症の危険がある。
事故防止対策	・使用するレーンの前方に人がいないことを確認する（声かけ）。 ・投てき練習は他の部活動や種目等と時間帯や練習場を分けるなどの対策を講じる。 ・投てきゲージやサークル以外では試技をしない。 ・投てき者は確実に周囲の安全を確認し、大声で「行きます」又は「投げます」と周知し、必ず自ら前方と周囲の者の反応を確認する。すべての安全が確認できた時に初めて投てき動作に入る。 ・周囲の者は投てき物が落下するまで投てき物から目を離さない。 ・事前の体調チェックを確実に言い、日陰の確保やミスト散布等暑熱対策を行う。

(3) バレーボール

予想される危険	・ネット際のプレーによる接触による怪我。 ・ジャンプ動作に伴う膝・足首の怪我。 ・スパイクやブロック練習中に、転がっているボールへの接触による怪我。 ・汗などでフロアが濡れたことによる転倒。 ・フロアディフェンス練習中による味方同士の接触による怪我。 ・バレーボールの支柱、スパイク台への衝突による怪我。 ・ネットの設営・撤収時においてバレーボールの支柱を落したり、ハンドル誤操作による怪我。 ・フロアのささくれによる裂傷。 ・体育館壁への激突。 ・熱中症
事故防止対策	・練習前、練習環境の整備。 ・練習中、フロアが汗等で濡れたときのワイピング徹底。 ・トスボールが相手コートに入り、危険な場合はホイッスルを吹く、大きな声を出してプレーを中断させる。 ・ジャンプ動作をしている際、球拾いを割り当て、ボールが転がらないようにする。 ・水分補給、休息を適宜とる。

(4) ハンドボール

予想される危険	・ゴール準備時の事故による怪我。 ・オフェンス・ディフェンス攻防練習時の接触による打撲や転倒による怪我。 ・フロアスリップによる転倒等での怪我。 ・シュートがゴールキーパーの顔面にあたった時の怪我。 ・シュート練習時における転がっているボールを踏みつけることでの事故。 ・熱中症による体調不良。
事故防止対策	・必ず複数人で行うように指示徹底や見守り。 ・コンタクトが許されている動作を練習により技術習得させる。また、ラフプレー動作の禁止を指導徹底する。 ・汗によるフロアが濡れた状況において、練習を止めて随時拭く習慣づけ。 ・顔面シュートがルールで禁止されていることの周知し、初心者指導時の顔面付近のシュート禁止とゴールキーパーの顔面を守る技術指導と技術習得。 ・足元にボールが転がっている状況時には、声を掛け合って動作を止めるなどで回避する。 ・体調管理の呼びかけ、特に暑い期間の寝不足にならないよう指示し、練習時にはこまめに水分・塩分補給と休憩をとる。

(5) ソフトテニス

予想される危険	・熱中症・脱水症状：夏場の屋外練習では特に注意が必要。 ・捻挫・肉離れ・打撲：急な動きやジャンプ、ストップ動作で発生しやすい。 ・ラケットやボールによる接触事故：ペアや対戦相手との距離が近い場合、顔面や手指への打撃に注意。 ・転倒・滑倒：雨天後のコートや砂入り人工芝では滑りやすい。
事故防止対策	・こまめな水分・塩分補給と休憩を行う。 ・準備運動・ストレッチを徹底する。 ・目視及び声出して、常に周囲との安全な距離・タイミングを把握する。 ・靴底の状態確認を行う。

(6) サッカー

予想される危険	・強いシュート・クリアが予想外の方向へ飛ぶ。 ・ウォーミングアップ中のボールの散乱。着地失敗による足首の捻挫。 ・競り合い・タックルでの転倒。 ・熱中症。 ・ゴールの転倒。
事故防止対策	・シュート練習の方向を固定し、周囲に生徒を立たせない。 ・ボール使用エリアと非使用エリアを明確に区分。 ・正しい当たり方・受け身の指導。 ・十分なウォーミングアップとストレッチ。 ・こまめな水分補給 ・ゴール移動は複数人で行う。生徒への注意喚起。

(7) ソフトボール

予想される危険	・バッティングネット等が強風により飛び、人体に接触する可能性。 ・デッドボール等によるボール自体の人体への接触。 ・野手との接触による怪我。 ・グラウンドが荒れていることから起こるイレギュラーバウンドボールの人体への接触。 ・熱中症
事故防止対策	・風が強い日はネットの使用は中止する。 ・顎ガード付きヘルメットの着用と怪我防止用のガードの着用。 ・練習前、練習後にグラウンド整備を行う。現状のグラウンドが固く、整備をしてもあまり意味をなさないため、土の入れ替えや散水部分を整える。 ・細やかに水分補給や休憩を入れる。

(8) バスケットボール

予想される危険	・汗などでフロアが濡れたことによる転倒。 ・対人練習での接触による怪我。(転倒、肘の接触による歯牙の破損、他者の足を踏むことによる捻挫)。 ・着地やストップ、方向変換などが原因で起こる膝・足首の怪我。 ・バスケットボールのリング等、固定器具が外れることによる事故。 ・体育館壁への激突。 ・熱中症 ・他の部活動の飛球による怪我。(ボールに乗り上げての転倒、ボールを取りに来た者との衝突)。
事故防止対策	・練習環境の整備。(フロアの水滴を取るためのモップ・雑巾等の準備、防球ネットなどの整備・点検、リング・支柱などの日常的な点検・整備)。 ・各種トレーニングにより怪我を防止できるような体づくりを行う。 ・危険なプレーを理解させ、ルールを守りながら練習させる。 ・こまめな水分補給及び気温・室温に応じた練習内容への変更を適切に行う。 ・生徒に常に目を配り、事故が発生した際は、適切に対処できるようマニュアルや応急処置・心肺蘇生法などを確認しておく。

(9) 体操競技

予想される危険	・各種目において宙返りの回転不足、回転過多、ひねり不足、ひねり過多による着地ミスが発生する。 ・器具上でバランスを崩し、マット上や器具上に落下や激突が発生する。 ・手首や足首・肩・腰・膝・肘などに過度な過重負荷や伸展が発生する。 ・以上のことにより頸椎・腰椎・手首・足首・膝・肘への損傷や打撲の危険性がある。
事故防止対策	・定期的な施設・器具の点検や着地マットの整備等の徹底。 ・器具の安全な運搬の仕方(靴を履く、持つ位置、持つ人数)、設置方法の徹底。 ・使用前に器具等の保守、点検と危険な箇所の改修。 ・生徒の技能に応じたマットやセーフティマットを適切に配置。 ・個人の能力に応じた段階的な練習。

(10) 剣道

予想される危険	・身体と身体あるいは身体と竹刀が接触した際におこる傷害。 ・速い動きや無理な姿勢での打突のために、骨・関節・筋肉・靱帯に負荷が大きくなったときの傷害。 ・反復動作の頻度が多いため、関節・筋肉・靱帯を使い過ぎる過用症候群（オーバーユース・シンドローム）やオーバートレーニングのためのスポーツ障害。 ・自ら転倒する。あるいは相手や周囲の人が原因となる転倒による傷害。 ・用具の不整備、破損、規格外の竹刀の使用、道場の整備不良による事故。 ・平素の健康管理をしない、もしくは身体生理あるいは外的環境を考慮しない稽古鍛錬法による事故。 ・夏暑く湿度の高い環境でおきる脱水症、熱中症。
事故防止対策	・定期的な施設設備の点検をする。 ・稽古前後、また稽古中の小まめな竹刀点検を行う。 ・剣道具の適正な取り扱いと保管方法を指導し、適切に運用する。 ・稽古前の水分補給、体調確認と入念なウォームアップ、クールダウンを実施する。 ・正しい技術理解、ルール理解に基づいた稽古や試合を実施する。 ・小まめに休息、休憩をはさむ取組をすすめ、都度、用具点検や水分補給を行う。 ・換気扇、送風機による換気や暖房等での温度調節を行い、剣道場の環境を整える。 ・気温や湿度等の環境要因を踏まえた取組内容を設定する。 ・個人の能力や体調等を踏まえた段階的な取組を実施する。

(11) 卓球

予想される危険	・熱中症・脱水症状：夏場の屋内練習では特に注意が必要。 ・選手の転倒：梅雨の時期、練習場の床が滑りやすくなる。 ・選手同士の接触事故：ダブルスでプレーする際のポジショニングによる。 ・卓球台の転倒：収納状態時、ストッパー等の劣化により起こり得る。
事故防止対策	・こまめな水分補給と休息。 ・モップ等で床面の水分をしっかりと拭き取る。 ・普段から、お互いの動きに配慮した練習に取り組む。 ・定期的に設備や用具の点検を行う。

(12) 水泳・プールを使用したトレーニング

予想される危険	・体調不良や水温・気温の低い場合は事故の危険性がある。 ・プールサイドの破損や水苔などによるスリップの危険性がある。 ・レーンロープフロートの破損やフックのカバーの不備によって、身体の擦過傷等の危険性がある。 ・排水溝の鉄蓋や留めネジの不備によって事故が発生する危険性がある。 ・監視体制・救助用具の不備によって事故の危険性がある。 ・泳ぐ方向の不統一による衝突事故が考えられる。 ・練習用具使用時（パドル等）や練習用具の不具合が事故に結び付く危険性がある。 ・準備運動不足やオーバーワークによるけが、事故の危険性がある。
事故防止対策	・定期的な施設・設備、用具、水質等の管理や安全点検の徹底。 ・健康状態の把握・練習環境の確認。 ・監視体制の徹底。 ・活動内容の検討。 ・安全指導の徹底、救急処置等の啓発の徹底。

(13) 弓道

予想される危険	・道場の安全管理が不十分で、矢が道場外に飛び出して、人に当たる危険性が高い。 ・弓に傷があって、引き分けた際に裂けて射手がけがをする危険性が高い。 ・矢が短く引き分けた際に弓の中に入り込み飛び出したり、折れて射手に当たったりする危険性が高い。 ・矢取りの際に射手との連絡が不十分で、矢取りに入った者に矢が当たる危険性が高い。 ・巻き藁に放った矢が、跳ね返り射手に当たる危険や外れて周囲の者に当たる危険性が高い。
事故防止対策	・定期的な施設（弓道場）・用具の安全点検の徹底 ・指導者の許可無しに行射をしないルール・マナーを遵守する。 ・安全な場所以外では絶対に弓を引かない。 ・たとえ矢をつがえていなくても、人のいる方向に弓を引かない。 ・巻き藁練習を行う際には、的前に立たないことと、前後左右の近い所に人がいないことを確認する。 ・一人一人の上達に応じた練習メニューの提示。 ・自己の技能に応じた強度の弓具等を使用する。

(14) ウェイトトレーニング

予想される危険	・練習場所の未整理、安全具の未装備（プレートの左右のバランス確認、プレートが落下しないように留め具でしっかりと固定されているか、ベルトやシューズ、バンテージなど必要な安全具が装着されているか）。 ・用具の破損や器具の整備不良。 ・個々の能力以上による練習、誤ったフォームによる練習。 ・十分な準備運動を怠り、トレーニング機器の使用方法等の基礎基本の習得が不足。 ・周囲の安全確認、選手同士の声掛け、意思疎通の怠り。
事故防止対策	・使用前の器具、用具の点検を十分に行う。 ・ストレッチ等を練習の前後に必ず行う。 ・軽い重量からウォーミングアップを行う。 ・正しいフォームを身につける。 ・使用する器具の安全確認を怠らない。 ・外したバーベルの整理整頓を行う。 ・トレーニング機器の使用方法の指導を徹底する。 ・利用者、補助員ともに使用上の決まりを守り、安全を最優先する。

(15) 学校外の施設を利用する活動

予想される危険	・徒歩や自転車で移動する際の事故の危険がある。 ・移動途中に熱中症等の体調不良に陥る危険性がある。 ・移動途中に、クマと遭遇し襲われる危険がある。
事故防止対策	・健康状態や移動方法の確認。 ・安全指導の徹底、救急処置等の啓発の徹底。 ・移動経路の把握と道路状況の把握。 ・非常時の連絡体制の整備。 ・クマ避け用の鈴の装着。

(16) 熱中症対策(部活動他、体育、授業中もこれに準ずる)

ア 熱中症予防部活動指針

生徒の熱中症事故防止を図るため、暑さ指数を用いた環境条件で評価を行うとともに、以下の基準に基づいて運動の可否等を判断する。

暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防部活動指針	
31℃以上	運動は原則中止	・特別な場合以外は運動を中止する。特別な事情があって活動する場合は許可を得る。
28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	・熱中症の危険が高いため、激しい運動や持久走などの体温が上昇しやすい運動は避ける。 ・10～20分ごとに休憩をとり、水分や塩分の補給をする。
25～28℃	警戒 (積極的に休息)	・熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分、塩分を補給する。 ・暑さに弱い人は運動を軽減または中止する。
21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	・熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分や塩分を補給する。

【運動中止の基準】

運動活動場所の暑さ指数(WBGT)を確認し、その結果「31℃以上」の場合、運動は原則中止と判断する。また、環境省による熱中症予防情報サイトの情報を参考に、暑さ指数(WBGT)の変化に十分留意する。

※運動中止が難しい特別な場合は、活動前に生徒の健康チェックを行い、活動内容や強度の変更を行い、休憩時間を多く設けるなどよりきめ細かな対応を行う(暑さから身を守ることを優先)。

【熱中症指数計(WBGT計)の活用】

- ・各部活動毎に熱中症指数計を配付する
- ・部活動毎に必ず携帯する。
- ・活動前と活動中に測定し危険度を測る。

携帯用熱中症指数計→
(各部に配付)



【暑さ指数測定～運動中止判断までの流れ】

1	暑さ指数(WBGT)の確認(環境省サイト)又は暑さ指数計での測定	確認者:管理職、厚生部、部活動顧問
2	暑さ指数の共有、報告	暑さ指数を確認後、情報を共有する。 暑さ指数(WBGT)が高いときは管理職に報告する
3	運動中止の判断	管理職は測定結果等を基に原則、運動中止の判断を行う

【暑さ指数(WBGT)、熱中症警戒アラート(事前の予測)の情報共有の徹底】

熱中症防止に必要な情報は、職員朝会や SHR 等で迅速に生徒や教職員に周知する。

環境省による情報配信→



イ 熱中症予防

熱中症は予防法を知っていれば、発生や悪化させることを防ぐことができる。日常生活における予防は、体温の上昇と脱水を抑えることが基本である。そのため、まず大切なのは、暑い環境下に長時間いることを避けること、活動中の生徒の状態をよく観察して、異常がないかを確認することが大切である。

【チェックリストの活用(教職員用)】

以下のチェックリストは、熱中症事故防止を未然に防ぐために、教職員が確認すべき事項を整理したものである。日頃から定期的に確認し、管理体制の維持・向上に努めるものとする。

☒	「日頃の環境整備等」チェック項目
	活動実施前に活動場所の暑さ指数等、熱中症の危険度を把握できる環境を整える。
	活動中止の基準、判断者および伝達方法を予め定め、関係者間で共通理解を図る。
	休業日明け等の暑さや運動に慣れていない時期は熱中症事故のリスクが高いこと、気温30℃未満でも湿度等の条件により熱中症事故が発生し得ることを踏まえ、暑さ順化(体を暑さに徐々に慣らしていくこと)を取り入れた無理のない活動計画とする。
	活動中やその前後に、適切な水分補給や休憩ができる環境を整える。
	熱中症発生時(疑いを含む)に速やかに対処できるよう、対応手順を確認する。重度の症状(意識障害やその疑い)があれば躊躇うことなく救急車要請、全身冷却、AEDの使用も視野に入れる。
	体育祭や部活動の遠征など、指導体制が普段と異なる場合には、事故防止の取組や緊急時の対応を事前に確認し、生徒とも共通理解を図る。
	保護者に対して活動実施判断の基準を含めた熱中症事故防止の取組等について情報提供し、必要な連携や理解醸成を図る。

☒	「生徒への指導等」チェック項目
	特に運動時、その前後も含めてこまめに水分を補給し休息をとるよう指導する。 ※活動前のミーティングで、水分や塩分補給の在り方、休憩時間など熱中症予防指針を明確にする。
	自分の体調に気を配り、不調が感じられる場合には躊躇うことなく申し出ることを確実に伝える。
	特に暑い日の活動においては帽子や保冷剤、タオル、水分（多めに）の準備をするよう指導する。また、部活動中は透湿性の良い服装を選ぶよう指導する。
	運動等を行ったあとは、十分にクールダウンをするなど、体調を整えたうえでその後の活動（登下校含む）を行うよう指導する。
	生徒同士で水分補給や休憩、体調管理の声をかけ合うよう指導する。

☒	「活動中・活動後の留意点」チェック項目
	暑さ指数等により活動の危険度を把握し、生徒の様子をよく観察し体調把握に努める。
	体調に違和感等がある際には申し出やすい環境づくりに努める。 ※熱中症を起こしていても「疲れた」等の単純な表現のみで表すこともあることに注意する。
	活動の指導者は生徒の様子や暑さ指数等に応じて活動計画を柔軟に変更する。
	生徒が分散している場合、緊急事態の発見が遅れることもあるため、特に熱中症リスクが高い状況での行動には注意する。

【運動前の体調チェック（生徒用）】

暑さ指数（WBGT）31℃以上で活動を継続する場合は、原則として運動を中止する。特別な事情により活動を実施する場合は、事前に管理職へ報告し許可を得るとともに、以下の表「運動前の体調チェック」を用いて部活動顧問が生徒の体調確認を行い、安全対策を講じた上で活動する。※危険な状態の生徒を活動させない。

運動前の体調チェック			
下記の項目を確認し、当てはまる場合は ☒ を記入してください。記入後は担当の先生に提出してください。			
氏名		記入日	月 日 ()
チェック欄	確認事項		
	睡眠不足になっている（前日の晩、よく眠れなかった等）		
	朝食を抜くなど、食事を摂れていない		
	疲れがたまっている		
	熱がある（熱っぽい）、喉が痛い、風邪症状がある		
	腹痛がある、下痢をしている		
	胸の痛み、息苦しさがある		
	その他、身体に痛みがある		
	暑さの中での運動は久しぶりになる		
その他、体調等に関して気になることがあれば記入してください			

←体調チェック用紙（生徒用）は保健室前廊下および職員室養護教諭机上に設置。

【活動中、活動後の体調チェック】

- ・部活動顧問は生徒の表情や顔色、発汗の状況、動きの変化などを観察し、早期発見に努める。
- ・頭痛、めまい、吐き気、だるさなどの症状を訴える生徒がいないか、声をかけるなど工夫する。
- ・体調不良を訴えた生徒は無理に活動を継続させず、速やかに休養、水分補給を行わせる。
- ・体調不良者をひとりにしない。必要に応じて付き添いをつける。
- ・トイレや日陰等へ移動した生徒についても所在を確認し、戻りを確認する。
- ・活動終了時には生徒全員の体調を確認し、異常がないことを確認し解散する。
- ・生徒が揃っているか確認し、体調不良者の見落としや発見の遅れを防ぐ。
- ・体調が回復しない場合は保護者に連絡し帰宅させる（保護者に迎えに来てもらう）。

☒	「活動中・活動後の体調チェック」チェック項目
	生徒の様子（顔色、発汗、動き）を観察した
	体調不良者の有無を確認した
	体調不良者をひとりにしない
	トイレや日陰等へ移動した生徒の所在を把握している
	活動終了時に体調確認と人数確認を行った

【暑さ指数（WBGT）31℃以上で活動を継続するとき】

1	暑さ指数（WBGT）の確認（環境省サイト）又は暑さ指数計での測定	確認者：管理職、厚生部、部活動顧問
2	暑さ指数の共有、報告	暑さ指数を確認後、情報を共有する。 暑さ指数（WBGT）が高いときは管理職に報告する
3	運動中止の判断	管理職は測定結果等を基に原則、運動中止の判断を行う
		
4	活動を実施する場合は管理職へ報告する	管理職、部活動顧問、関係教職員
5	生徒の体調を確認する	部活動顧問、関係教職員
6	熱中症対策を徹底し、活動内容を工夫した上で実施する	管理職は測定結果等を基に判断する

- ・ 熱いとき、無理な運動は事故のもと
- ・ 急な暑さに要注意（暑さに徐々に慣らしていくこと）
- ・ 失われる水と塩分を取り戻そう
- ・ 冷やそう、からだの外から内から
- ・ 体調不良は事故のもと

ウ 熱中症の対応

【熱中症の症状と分類】

重症度を判定するとき、意識がしっかりしているかどうかを必ず確認する。声掛けに反応がない場合や少しでも意識がおかしい場合には、Ⅱ度以上と判断し、近くにいる教職員が保護者連絡、病院へ搬送する（状況に応じて救急車（119）を要請する）。

Ⅰ度（軽度）の症状があればすぐに涼しい場所へ移し体を冷やすこと、水分・塩分を摂れない、応急処置を施しても症状の改善が見られないときはⅡ度と判断し、すぐに病院へ搬送する。

※救急車要請の判断に迷うとき、躊躇わずに119番を！

熱中症の症状と重症度分類		
	症状	対応
Ⅰ度 （軽度）	めまい、立ちくらみ、生あくび、大量の発汗、筋肉痛、筋肉の硬直（こむら返り）、意識障害を認めない	応急処置と見守り
Ⅱ度 （中等度）	頭痛、おう吐、倦怠感、虚脱感、集中力や判断力の低下、意識障害（返答がおかしい）	病院へ搬送 判断に迷う 時は119
Ⅲ度 （重症）	意識障害、けいれん発作、手足の運動障害 など 呼びかけに返答がない、体にガクガクとひきつけがある （全身けいれん）、真っ直ぐ走れない、歩けない など	

【熱中症を引き起こす主な3要素】

環 境…気温の高さ、湿度の高さ、風の弱さ など

からだ…体調不良、暑さに慣れていない、肥満傾向、寝不足、朝食欠食 など

行 動…激しい運動や慣れていない運動、長時間の屋外練習、水分補給できない状況 など

※熱中症は高温多湿な環境に、身体が適応できないことで生じる様々な症状の総称で、いつでもどこでも誰でも条件次第で熱中症にかかる危険性がある。学校管理下での熱中症事故は、ほとんどが体育、運動部活動によるものだが、それ以外の活動や屋内での授業中、登下校中にも発生している。暑くなりはじめや急に暑くなる日等、体がまだ暑さになれていない時期、それほど高くない気温（25～30℃）でも湿度等その他の条件により発生するため注意が必要である。

【応急処置の基本ポイント】

- ・涼しい場所へ移動させる…涼しい室内、エアコンが効いた車内、風通しの良い日かげ
- ・水分、塩分を補給する…スポーツドリンク、経口補水液、水+塩 1~2g、水+塩分タブレット等
- ・吐き気があるとき、水分を自分で飲めないときは、無理に飲ませない（保護者連絡、受診）
- ・衣服（第一ボタン）を緩め、体を冷やす。
- ・安静を保ち、保護者に連絡する。

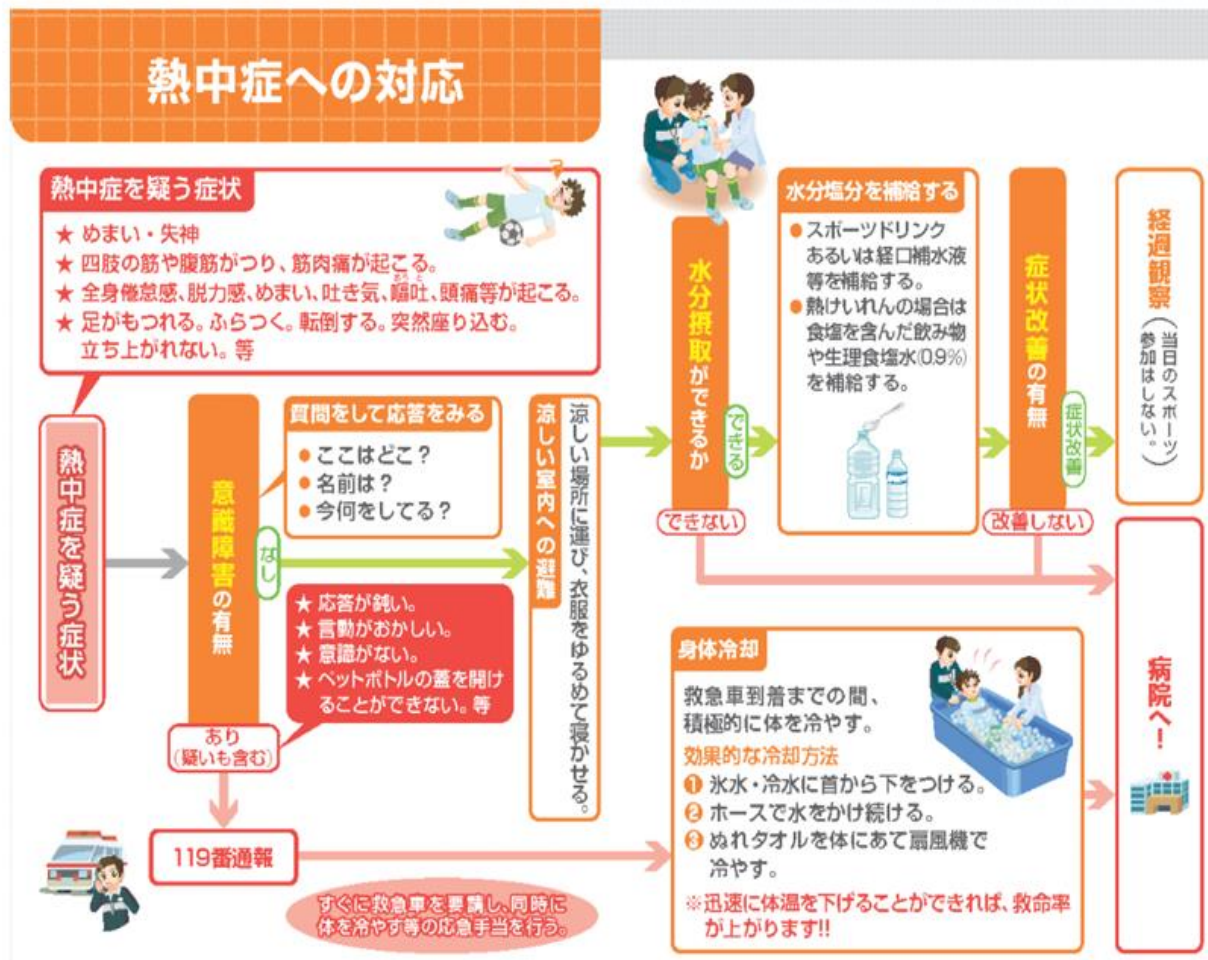


【症状が回復したとき】

- ・そのまま安静にするとともに十分に休息をとり、帰宅させる（保護者へ連絡）。
- ・部活動に復帰させる場合は状態を十分に確認し、当日の運動には参加させない（活動内容を変更する）。

【熱中症の救急対応】

※呼びかけに応えない場合、すぐに救急車を要請する。



エ その他

- ・熱中症の対応をしたときは、管理職に報告する(軽度症状含む)。
- ・体育祭、終業式(7月)、始業式(8月)等の各種行事を実施する際には前日までに発表される熱中症警戒アラートを参考に、安心して行事が実施できる準備を行う。
- ・暑熱対策の軽装や水分補給については、生徒指導部の指示に従う(「衣替えに関わる熱中症予防対策と水分補給について(お願い)参照」)。
- ・生徒への注意喚起は保健だよりやリーフレット(環境省発行等)を活用する。

<参考等>

- ・岩手県教育委員会「岩手県学校熱中症対策ガイドライン R8.4 改訂
- ・環境省「熱中症環境保健マニュアル2022」、環境省「熱中症予防サイト2024」
- ・日本生気象協会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.4 2022.5」
- ・独立行政法人日本スポーツ振興センタースポーツ事故対応ハンドブック／熱中症への対応

(17) 落雷防止対策について

- ・事前の気象情報の確認：雷注意報や雷ナウキャストを確認し、活動予定の変更を検討する。
- ・雷の兆候の認識：雷の兆候が確認された場合は、直ちに活動を中断し、安全な場所へ避難を開始する。
- ・安全な避難場所の確保：事前に安全な避難場所を確認し、生徒にも周知しておく。
- ・指導者の役割：指導者は落雷の危険性を認識し、天候の急変に備える。
- ・保護者との連携：保護者と学校が連携し、より安全な環境作りをする（主として帰宅時の自動車による迎え）。

(18) その他

上記(1)～(17)以外の活動について

- ・他の人と組み合わせなど接触を伴う活動に留意すること。
- ・種目の特性や活動内容に応じた安全対策を講じて行うこと。
- ・気象状況の変化に応じた適切な活動を行うこと。

【参考】部活動における事故防止のためのチェックリスト

1 学校における安全管理体制の構築	☐ 学校の部活動方針について理解しているか。 ☐ 部活動における安全対策マニュアル等を整備しているか。 ☐ 活動目標を明確にした上で適切な指導計画を作成しているか。 ☐ 生徒の健康状態に配慮した練習日数や練習時間が設定されているか。 ☐ 競技等の特性を踏まえ、それぞれの特有の危険性に配慮した適切な活動内容を設定しているか。 ☐ 顧問不在時の対応のルールを決め、指導体制や監視体制ができているか。 ☐ 連絡通報体制、救急体制は整備されているか。 ☐ 救助用具が適切に配置されているか。 ☐ AEDの使用を含む救急法等の職員及び児童生徒の研修（講習）を実施しているか。 ☐ AEDの設置場所やAEDの携行について適切に実施されているか。
2 事故防止のための安全に配慮した適切な指導	☐ 健康観察により、生徒の心身の健康状態の把握に努めているか。 ☐ 競技等に適した準備運動や補助を行っているか。 ☐ 段階的指導（体格差・体力差や個人の能力等に配慮した指導）をしているか。 ☐ 気象状況の変化に応じた適切な活動になっているか。（気温、天候、日没時等）。 ☐ 休憩や水分及び塩分補給など、適切に行っているか。 ☐ 顧問不在時の自主的な練習時における内容（基本練習に限るなど危険性の低い内容等）を徹底しているか。
3 日常の活動に潜む危険性（複数の部活動が施設を共用する際の留意点）	☐ 同一場所で複数の部活動が活動する場合の練習場所の分けや時間帯をずらすなどの工夫がされているか。 ☐ 体育館・グラウンド等を共用または隣接した場所で活動する際のルールを明確にしているか。 ☐ 活動施設の状況に応じた適正人数及び活動内容になっているか。 ☐ ヒヤリハット事例の情報共有が適切に行われているか。
4 施設・設備・用具等の安全点検と指導	☐ 定期的に点検を実施しているか。 ☐ 活動場所に危険物を置いていないか。 ☐ 用具・器具等が正しく設置されているか。破損はないか。 ☐ 固定する必要がある用具・器具がしっかりと固定されているか。 ☐ 用具管理の指導を徹底しているか。

令和 8 年 10 月 16 日 改訂