

部活動に関する安全対策マニュアル

岩手県立遠野緑峰高等学校

はじめに

このマニュアルは、部活動において、各部特有の危険事項について生徒、教職員等が共通認識を持ち、けがや事故を未然に防止し、安全に実施するため示すものであり、事故等の未然防止に向け、各部でルールや練習での約束事などを決定し、事前に周知理解するためのものである。

1 基本的な安全対策の考え方

(1) 学校における安全管理体制の構築

部活動においては、各部特有の危険事項について生徒、教職員等が共通認識を持ち、けがや事故を未然に防止し、安全に実施することが大前提であり、事故等の未然防止に向け、各部でルールや練習での約束事などを決定し、事前に周知理解しておく必要がある。

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本校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、使用施設、設備、用具等の安全点検を実施し、また、緊急時における心肺蘇生やAED、エビ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。

(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、協力したり、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。そのためにも、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たり、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】

ア 生徒の健康観察、健康状態を把握

イ 個人の能力に十分配慮した練習計画・指導（段階的な指導）

ウ 顧問不在時の対応、他の部顧問との連携

エ 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）

オ 顧問が出張等で校地内に不在となる時は、部活動を禁止とする。

カ 顧問が校地内に在校しているが、職員会議等で活動に立ち会えない時は、顧問から事前に指示の上、アップ・基礎メニュー・ドリル等、安全に配慮したメニューで活動するか休養日とする。

(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（ヒヤリハット事例）等について、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】

- ア 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
- イ 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
- ウ ヒヤリハット事例の情報共有
- エ 不測の事態に備え、非常時の連絡先を把握しておく。会議中は事務室に緊急連絡を入れる。

(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や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】

- ア 定期的に点検日を設ける
- イ 活動前の用具等の安全確認（床板のささくれ、畳、サッカーゴール等の固定、防球ネット等の破損、支柱ネジ緩み等）

(5) 学校事故の対応

校内で事故等が発生した場合には、原則として、その場に居合わせた教職員が速やかに応急手当を行い、必要に応じて救急車等を手配する。また、直ちに他の教職員の応援を求め、役割を分担して、周囲の状況を整え、生徒等の安全を確保し動揺を抑える。

【緊急時の重点項目】

- ア 各活動場所において、AEDの設置場所を確認し、周知を図る。
- イ 体調不良・ケガが発生した場合は、応急手当や適切な対処を行う事。特に、熱中症症状や大量出血、意識がもうろうとしている場合など、安易な判断をせず、救急車を要請する。

【応急手当を行う際の留意点】

突然倒れた場合などは「119番」に通報し救急車が到着するまでの間、その場で心肺蘇生等の一次救命処置が求められる。事故等の態様によっては救命処置が一刻を争うことを理解し、行動しなければならない。

- ア 被害生徒の生命に関わる緊急事案については、管理職への報告よりも救命処置を優先させ迅速に対応する。
- イ 教職員は事故等の状況や被害生徒の様子に動揺せず、またその他の生徒の不安を軽減するように対応する。

(6) 熱中症防止の対応

夏季の高温下におけるスポーツ活動では、通常の活動より生徒の身体への負荷が増加することを認識することが重要である。

顧問等は、トレーニング負荷には限界があり、それを越えると身体機能の破綻が起こることや、高温下では身体への負担が一層大きくなり、トレーニング負荷の限界が早まったり、低くなったりすることを理解した上で、気象条件や環境要因に応じたトレーニング計画を立てる必要がある。

また、トレーニングによる心身の機能の向上は、トレーニング後に休養をとり、疲労回復することで得られることから、夏季の高温下におけるトレーニングでは、生徒のコンディションに応じ、定めている曜日以外にも休養日を設けるなどの配慮が必要である。部活動顧問等には、生徒の体調等を把握し、生徒一人一人の状況に応じた適切かつ綿密な計画を立て、活動を実施することや、水分補給や日頃の健康管理の必要性を、生徒にも十分指導することが求められる。

【熱中症対策の留意点】

ア 生徒自ら熱中症の危険を予測し、安全確保の行動ができるように指導する。

イ 気兼ねなく体調不良を言い出せる、相互に体調を気遣える環境を醸成する。

ウ 暑さ情報（気温、暑さ指数（WBGT）、熱中症警戒アラート情報など）を、誰もが見やすい場所に設置し、暑さ情報を生徒等も含め学校全体で共有する。

エ 熱中症警戒アラートの意味及び熱中症警戒アラート発表時の対応を保護者とも共有する。

オ 気温高温時は、休憩を 30 分に 1 回程度取るように努め、水分や塩分補給をこまめに行う。

気温	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動方針	本校の対応
35℃ 以上	31 以上	運動は原則中止 特別の場合以外運動中止	顧問が必ず活動に立ち会い、運動を伴わない活動（ミーティング等）のみ可能とする。
31 ～ 35℃	28 ～ 31	厳重警戒（激しい運動は中止） 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20 分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人（体力の低い人、暑さに慣れていない人など）は運動を軽減または中止	顧問が必ず活動に立ち会い、激しい運動を伴わない活動（ミーティングや環境整備等）のみ可能とする。
28 ～ 31℃	25 ～ 28	警戒（積極的に休憩） 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩を取り適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩を取る。	30 分に 1 回以上の休憩・水分補給を行い、事故防止に努める。
24 ～ 28℃	21 ～ 25	注意（積極的に水分補給） 熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。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・塩分補給をする。	定期的に休憩・水分等の補給を行い、事故防止に努める。
24℃ 以下	21 以下	ほぼ安全（適宜水分補給）	

(7) 自然災害等への対応

【重点項目】

- ア 災害発生時は、直ちに活動を停止し、避難行動に入る。
- イ 学校防災計画を確認し、顧問・部員全員に対して避難場所・避難経路について周知する。
- ウ 雷による事故や被害を未然に防ぐため、生徒への適切な指示を徹底する。
- (7) 活動前や活動中に気象情報等を確認し、雷注意報・雷警報の発令の有無を確認する。
- (4) 雷注意報・雷警報の発令時には、屋外での活動を中止する。
- (ウ) 活動中に、雷鳴や雷光を確認した場合は直ちに活動を中止し、安全な建物内に避難する。
- (エ) 近くに避難する場所がない場合は、姿勢をできるだけ低くするなど安全確保に努める。

2 部活動における安全対策のポイント

(1) 共通 ウェイトトレーニング・補強トレーニング・室内トレーニング

予想される危険	ア 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、ベルトやシューズなど必要な安全具が装着されているか） イ 用具の破損や器具の整備不良による事故 ウ 個々の能力以上による練習や誤ったフォームによる練習で起こる事故 エ 十分な準備運動を怠り、基礎基本の習得が不足して起こる事故 オ 周囲の安全確認、選手同士の声掛け、意思疎通の怠りから発生する事故
事故防止対策	ア 使用前の器具、用具の点検を十分に行う。 イ ストレッチ等を練習の前後に必ず行う。 ウ 軽い重量からウォーミングアップを行う。 エ 正しいフォームを身につける。 オ 使用する器具の安全確認を怠らない。 カ 外したバーベルの整理整頓を行う。 キ 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。 ク 顧問教員による指導の下、使用許可する。 ケ 一人で行わず、補助者をつけるなど安全に配慮して行う。 コ 重量が重いプレートの脱着やラックを使わずにシャフトを肩にかつぐ場合は必ず両脇にサポートをつけ複数人で行う。 サ プレートを落とさないようにストッパーをつける。 シ 動作時の声出しによる確認と補助をする。

(2) 屋内（体育館・各種教室）屋外（グラウンド）

予想される危険	ア 屋内（体育館・各種教室） (7) 衝突・転倒 (4) 器具・設備の不備や破損 (ウ) 設備の老朽化、不備 (エ) 照明不足 イ 屋外（グラウンド） (7) 衝突・転倒
---------	--

	(イ) 器具・設備の不備や破損 (ウ) 設備の老朽化、不備 (エ) 天災（地震・落雷・豪雨・台風・強風等） (オ) 熱中症、日射病 (カ) 野生動物との遭遇 (キ) 不審者の侵入
事故防止対策	ア 屋内（体育館・各種教室） (ア) 活動するスペースを十分に確保し、床や周囲に衝突する危険があるものを置かない。 (イ) 活動後の消灯・施錠を確認する。火気の使用は防災管理規定による。 (ウ) 用具類の点検は、日常的に行い、不備はすぐに報告する。 イ 屋外（グラウンド） (ア) 活動する場所の周囲に、危険因子が無いか確認してから活動する。 (イ) 用具類の点検は、日常的に行い、不備はすぐに報告する。（防球ネット・ゴール等の破れ・破損） (ウ) グラウンド・コートは、整備を入念に行い、転倒や不測の事故の予防を徹底する。 (エ) 活動場所への移動時は、交通安全に務め、通行禁止としている場所を通らない。 (オ) 天災による事故が予想される場合は、直ちに安全を確保する。

(3) 陸上競技

予想される危険	ア 投擲物の誤投による人身事故（他の生徒、教員、通行人などへの衝突） イ 投擲方向への人の侵入による衝突事故 ウ 練習内容を理解していないことによる誤った行動、怪我 エ 不整地箇所やカーブが急な箇所での転倒や捻挫 オ 不適切なフォーム、過度な負荷による怪我（腰痛、関節の損傷など） カ 落雷や豪雨等の天災による被害 キ 公道を使用した練習の際に、自転車や自動車との交通事故
事故防止対策	ア 投擲種目練習は、顧問不在時には行わない。 イ 投擲種目練習は、注意喚起のため、周囲に聞こえるように発声してから投げる。 ウ 種目練習内容を周知してから、練習を行う。 エ 競技場の走路を確認し、接触防止のため移動時は駆け足移動とする。 オ ウエイトトレーニングは、顧問立ち会いのもと行う。 カ 活動前や活動中に気象情報等を確認する。雷注意報・雷警報発令時は、屋外での活動を中止する。 キ 公道を使用して練習を行う際には、交通ルールを遵守する。

(4) 硬式野球部

予想される危険	ア 打球・イレギュラーバウンドによる人身事故 イ ノックで打たれたボールが頭部に当たる怪我 ウ ネットの破れや破損箇所から打球が突き抜け、周囲に飛び出す事故やネットの固定不良による事故 エ マシンの作動中に人が近づき、打球が当たる事故やボール挿入時に機械に巻き込まれる事故 オ 不適切なフォーム、過度な負荷による怪我や器具の落下、破損による怪我 カ 落雷や豪雨等の天災による被害
---------	--

事故防止対策	ア フリーバッティングを行うときは、安全確保のため防球ネットを設置して行う。 イ ノック補助者は、ヘルメットを着用する。 ウ 防球ネットは、使用前に破れ・破損が無いか確認する。 エ バッティングマシン使用時は、周囲の安全を確認し、補助者は必ずボール挿入の合図を発声する。 オ ウエイトトレーニングを行う際は、顧問の指示を受け、一人で行わず、補助者をつけるなど安全に配慮して行う。 カ 活動前や活動中に気象情報等を確認する。雷注意報・雷警報発令時は、屋外での活動を中止する。
--------	--

(5) サッカー部

予想される危険	ア 不適切なフォームや過度な負荷による怪我や器具の落下や破損による怪我、熱中症、緊急時の対応の遅れ イ ゴールの転倒による怪我や移動中の接触による怪我やゴールの破損 ウ 防球ネットの破れからボールが飛び出すことによる事故やゴールの破損による事故、ネット支柱の倒壊 エ 落雷や豪雨等の天災による被害
事故防止対策	ア ウエイトトレーニング・試合形式のメニューは、顧問立ち会い時に行う。 イ サッカーゴールの移動は、顧問立ち会い時に行う。 ウ 防球ネット・ゴール等の破れ・破損が無いか確認する。 エ 活動前や活動中に気象情報等を確認する。雷注意報・雷警報発令時は、屋外での活動を中止する。

(6) バレーボール部

予想される危険	ア 不適切なフォームや過度な負荷による怪我や器具の落下や破損による怪我や熱中症、緊急時の対応の遅れ イ 支柱への衝突による怪我やアンテナの破損による怪我 ウ 支柱の転倒による怪我や腰痛などの怪我 エ ワイヤーによる切り傷、擦り傷、ワイヤーの跳ね返りによる怪我 オ 障害物に接触しての怪我
事故防止対策	ア ウエイトトレーニング・試合形式のメニューは、顧問立ち会い時に行う。 イ 支柱のカバーの確認、ネット破れ・アンテナの破損が無いか確認する。 ウ 支柱の設置および片付ける際は、複数名で行う。 エ ワイヤーを巻いたり外したりする際は、ワイヤーでケガをしないように注意する。 オ コート内外に障害物が無いことを確認してから練習する。

(7) 馬事研究部

予想される危険	ア 落馬時の頭部外傷や落馬時の四肢の骨折・捻挫、馬に蹴られる、噛まれる、鞍ずれ、鎧外れによる落馬 イ 馬場への移動中の交通事故 ウ 馬の不意の行動による怪我や他の人の馬との接触 エ 落雷や豪雨等の天災による被害
事故防止対策	ア 乗馬時は、ヘルメット・防具・靴類を装備して行う。 イ 所定の移動手段以外を利用する者は、交通安全に注意し移動する。 ウ 乗馬待機中は、馬から離れ、騒がない。 エ 活動前や活動中に気象情報等を確認する。雷注意報・雷警報発令時は、屋外での活動を中止する。

(8) 文化部（茶華道部・書道部・美術部・写真部）

予想される危険	上記(2)屋内（体育館・各種教室）の記載内容に準ずる。
事故防止対策	上記(2)屋内（体育館・各種教室）の記載内容に準ずる。

おわりに

安全を確保することは、すべての部活動実施の前提事項であり、安全が確保できることにより、生徒が安心して自主的・自発的に活動し、充実した部活動につながるものである。本校教職員は、過去の事故の事例の把握や発生原因、防止方法の理解と必要な指導や危機管理を実践し、安心安全な部活動体制の構築に努めること。

3 附則

このマニュアルは、令和7年1月14日から施行する。

令和7年9月18日 一部改正

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区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。