

岩手県立山田高等学校「運動部活動安全対策マニュアル」 (令和6年5月)

1 ボート部

● 予想される危険

- (1) 悪天候による遭難や落雷による事故
- (2) 転覆、船の衝突、艇の故障および道具類の故障による事故
- (3) 大地震、津波等の災害による事故
- (4) 猛暑時の熱中症

○ 事故防止対策

- (1) 乗艇前のチェックリスト(天候、気温、水温、風、雷、気象の予報・注意報・警報、海面状態等)に基づく安全の確認を徹底し、安全を担保できない場合は乗艇練習を行わない。
- (2) 乗艇練習の開始から終了まで、2名以上の顧問がつくこととし、救助艇を出せない場合は乗艇練習を行わない。
- (3) 水上、陸上で監視する顧問は、常に連絡を取り合うことが可能な状況にする。
- (4) 使用する水域の航行ルールを事前に必ず確認するとともに、練習中は常に航行ルールを意識し、お互いに声を掛け合うことを徹底する。顧問も早めに声かけを行い、安全への意識を怠らないこととする。
- (5) 出艇前に必ず、自らの艇およびオール等の用具を確認し、不具合の兆候があれば顧問に報告する。
- (6) 乗艇練習の際には、救命具の着用を義務づける。
- (7) 緊急時の避難経路、避難行動を周知徹底する。
- (8) 水上に出る際には必ずスポーツドリンク等の水分および塩分補給が可能な飲料を持参させるとともに、乗艇前に必ず体調を確認し、無理をしない・させない状況をつくる。
- (9) 練習前後のミーティングにおいて、健康管理および安全管理に関して必ず注意喚起を行い、常に安全な部活動への意識を高めた状態で練習を行う。

2 陸上競技部

● 予想される危険

- (1) グラウンドを利用する他の生徒へ選手が衝突する危険。
- (2) 特に夏季における熱中症。

○ 事故防止対策

- (1) 競技場のレーン使用区分を守り、急な進路変更は行わない。
- (2) こまめな水分補給と休憩の確保。休憩時に風に当たる等、体温上昇を抑える。

3 硬式野球部

● 予想される危険

- (1) 打撃・守備練習時に硬式球が身体に当たることによる打撲等の危険性。
- (2) ベースランニング、スライディング時の足首、膝関節の怪我の危険性。
- (3) 特に夏季における熱中症。

○ 事故防止対策

- (1) ヘルメットの着用と防球ネットの配置。
- (2) 安全・確実に捕球できる技術、正しいスライディング技術習得のための基本練習の徹底。
- (3) こまめな水分補給と休憩の確保。休憩時に風に当たる等、体温上昇を抑える行動の徹底。

4 女子バスケットボール部

● 予想される危険

- (1) 様々な動きの中での怪我。(ジャンプの際の着地の捻挫。ボールキャッチの際の突き指。身体接触による打撲や裂傷など。)
- (2) 特に夏季における熱中症。

○ 事故防止対策

- (1) 日頃からのコンタクトのある練習で体の動かし方を習慣づける。体力低下の時には、大きなケガにつながる接触のある練習をしない。怪我に強い体作りを週一回は必ず実施。
- (2) こまめな水分補給と休憩の確保。休憩時に風に当たる等、体温上昇を抑える行動の徹底。