

岩手県立山田高等学校「運動部活動安全対策マニュアル」

最終改正 令和 7 年 10 月 20 日 岩手県立山田高等学校

部活動は、学校において計画する教育活動であり、生徒の安全が確保されることが大前提である。実施については、顧問の複数による指導体制を整え、安全管理を徹底することとする。

また、以下の 1 から 7 に示すように日頃から顧問と生徒の事故防止に対する意識を高めるとともに、事故を未然に防ぐ行動が適切に行うようにするもの。

1 健康状態の把握について

- (1) 日頃から自身の健康管理について関心や意識を持たせるとともに、適切な休養や栄養補給を行う。
- (2) 生徒の体調が優れない時には、無理をさせずに活動内容を制限するか休ませるかの判断をする。
- (3) 健康診断（心電図検査等）で異常が認められた生徒に対しては、医師の指示に従うとともに、養護教諭・学級担任・保護者等との連携を密にしながら常に健康状態を把握しておくこと。

2 個々の能力に応じた指導について

- (1) 学年や個人差に十分配慮した指導や活動内容にするなど方法を工夫し、段階的な指導を行うもの。
- (2) 新しい技術（技）や難易度が高い技術練習については、必ず顧問の指導の下で実施するとともに個人や集団の能力に応じた練習方法で行うもの。

3 運動の特性を踏まえた合理的な指導について

- (1) 運動の特性を踏まえた基礎的・基本的な技術を身につけさせることで事故の未然防止を防ぐもの。
- (2) 練習の目的及び内容や効果的な練習方法を生徒に説明し、理解させる。
- (3) 安全上、特に配慮が必要な競技種目及び練習内容については、段階的な指導を徹底するとともに必ず顧問の指導の下で実施するもの。

4 施設・整備・用具の安全点検と安全指導について

- (1) 定期的に点検日を設ける
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。
- (2) 活動前の用具等の安全確認
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、多くの部活動が共有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。

5 天候や気象を考慮した指導について

- (1) 気象庁が発表する情報や環境省熱中症予防情報サイトにおける暑さ指数等の情報に十分留意し、気温・湿度などの環境条件に配慮した活動を実施する。その際には、活動の中止や、延期、見直し等の柔軟に対応をすること。また、活動前、活動中、終了後にこまめに水分や塩分を補給し、休憩を取るとともに生徒への健康観察など健康管理の徹底をする。
熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分、塩分補給、体温の冷却、病院への搬送等適切な応急処置等を実施するもの。
- (2) 暑さや雷等に対して、練習の中止や中断の判断が的確に行えるよう、情報の収集に努めるとともに、判断基準を明確にしておく。

445 運動部活動安全対策マニュアル

● WBG Tによる活動制限について

ア 活動場所のWBG Tの把握について

- ・活動を担当する顧問はWBG Tを測定できる機器を用い、活動場所のWBG Tを測定すること。
- ・また、測位機器が故障等で測定不能の場合、「環境省熱中症予防サイト 山田（岩手）」のHPに掲載されている情報を用いること。

イ 活動場所のWBG Tによる、活動の制限について

- ・日本スポーツ協会が定めた「熱中症予防運動指針」に準拠し、活動を制限する。
- ・上記の定めによらず、活動を担当する顧問は、生徒の体調や疲労度などをよく観察し、熱中症の恐れがあると判断した場合には、当該生徒の活動の軽減もしくは中止を指示する。
- ・部活動などで登下校が伴う場合、熱中症リスクも加味した上で部活動などの軽減や中止を判断する。

熱中症予防運動指針			
WBG T	暑熱指数	乾球温度	
31	27	35	運動は原則中止 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
28	24	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、激しい運動や持久走など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・塩分を補給する。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。
25	21	28	警戒 (積極的に休憩) 熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、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とる。
21	18	24	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・塩分を補給する。
			ほぼ安全 (適宜水分補給) 通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給が必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するとの注意。

● 雷事故防止対策について

ア 雷注意報が発令されている場合は、その地域での野外活動をできるだけ控える。

イ 野外で活動する場合、顧問は気象庁のHPで公開されている「雷活動度（雷ナウキャスト）」を用い、活動予定場所において雷の予報時間を確認しながら適切な判断を行うもの。

ウ 活動場所で雷鳴、雷光を確認した場合は、直ちに活動を中止し、安全な場所へ避難する。

エ 活動の再開は、雷鳴、雷光が完全に止んでから 20 分以上経過後とするもの。

6 事故対応について

- (1) 危機管理マニュアルの見直し・改善を図り、事件・事故災害の未然防止とともに、事故発生時の適切な対応が行われるように事故対応に関する共通理解と体制整備を促進する。
- (2) 生徒にも保健体育等の授業や部活動をととして応急手当に関する指導を行うとともに、事故発生時の行動の仕方についても指導する。

7 各部における対策事項について

(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を可能な状況にする。
- 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。

445 運動部活動安全対策マニュアル

- 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。

★ ヒヤリハット事例

- ① 出廷する際に海苔の影響でより滑りやすくなるため転倒等による怪我の危険性。
② 天候の急変（高波・雷・突風）により危険に晒される可能性。

(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 硬式野球部が打撃練習する際は、レーンを使用しない。

★ ヒヤリハット事例

- ① 不整地箇所やカーブが急な箇所での転倒や捻挫。
② 校外ロード走の際の車等との接触事故。

(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 陸上競技部がレーンを使用する際は、守備練習を行う。

★ ヒヤリハット事例

- ① 守備練習中のイレギュラーバウンドによる負傷。
② 打撃投手がゲージ等で打球を防げるように設置しているが、速い打球に対して、ゲージ内に打球した腕を含め隠しきれずに負傷。

(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。

★ ヒヤリハット事例

- ① 汗でフロアが濡れたことによる転倒。
② 着地やストップ、方向転換といった動作が原因で発生する膝・足首の怪我。

日常の活動に潜む危険性について（ヒヤリハット事例の共有）

ヒヤリハット事例（ケアレスミスや危険を感じたような出来事）の対応

- (1) 当該部（顧問及び生徒等）で、「発生時の状況と経過」「対応と処置」「原因」「対策・改善点」を検証する。
(2) 全職員で、事例の共有をする。