# 部活動安全対策マニュアル

（令和７年 10 月）

岩手県立岩泉高等学校

はじめに

学校部活動においては、各部活動固有の危険事項について共通認識を持って指導にあたるとともに、事故等を未然に防ぐために活動の内容や方法・約束事を具体的に示し、職員、外部指導者、生徒、保護者が理解する必要がある。

また、活動にあたっては危機管理意識を高め、安全管理体制を構築し、安全安心な部活動を行うことが大切である。

## 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＜資料１、２＞

全教職員、外部指導者及び生徒が部活動の意義や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等、関わる全ての者の協力体制の下、組織的に取り組む。

ア　学校の部活動に係る活動方針

毎年度、「学校の部活動に係る活動方針」を策定し、活動の方針並びに活動の決まりを確認する。

イ　安全に関する知識・技能の習得

緊急時における心肺蘇生法やＡＥＤ、エピペン等の救急対応や熱中症予防に係る校内研修を実施し、事故発生時の対応力を高め、安全管理体制を構築する。

［チェック項目］

□ 部活動方針の作成と理解

□ 心肺蘇生法・ＡＥＤ等職員研修の実施

## ２　事故防止のための安全に配慮した適切な指導

（1）生徒の健康観察、健康状態の把握

部活動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、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。また、生徒の行動特性（注意力、把握力、認識力、運動能力等）や体質・既往症、常備薬・エピペン等の携帯についても把握する。

（2）顧問不在時の対応、他の部顧問との連携

毎年度、「部活動における安全対策」を策定し、安全対策並びに顧問不在時における活動の決まりを確認する。やむを得ず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、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。

（3）顧問不在時の練習内容の徹底

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、安全性の高い内容とし、練習内容や練習方法を具体的に指示する。

（4）顧問が活動に立ち会うことができない場合

ア　定例職員会議などで活動に立ち会うことができない場合、上記２（3）を徹底するとともにキャプテンまたは部長がスマートフォンを携帯し、緊急時直ちに学校（0194-22-2720）に電話するよう指示すること。

イ　学年会や分掌会議、用事などで活動に立ち会うことができない場合、上記アの指示を行うとともに、活動場所が近い別の部顧問に緊急時の速やかな対応を依頼すること。

ウ　活動前にキャプテンまたは部長と打ち合わせを行い、『活動場所・内容・時間』を確認し、安全に活動するように指導すること。

エ　活動終了後は、活動場所の片付け、部室の施錠を責任をもって行い、部顧問もしくは職員室に在室している教員に、活動終了報告を行うように指導すること。

オ　ウエイトトレーニング室は、顧問が立ち会うことができないので、使用を禁止する。

［チェック項目］

☐ 生徒の健康観察、健康状態の把握

☐ 顧問不在時の対応、他の部活動との連携（会議の際の巡回指導）

☐ 顧問不在時の練習内容の徹底（基本練習に限る等安全性の高い内容
）

**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）**

（1）活動の工夫、ルールの明確化

日常的にグラウンドや体育館等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、関係する部の間で禁止事項や部活動の制限事項等について、事前に共通理解を図る。

（2）ヒヤリハット事例の情報共有＜資料３＞

練習開始時には、禁止事項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）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、他の部と情報共有する。

［チェック項目］

☐ 活動の工夫、ルールの明確化

☐ 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**＜資料４＞

（1）定期的な安全点検

毎月１回の安全点検で施設、設備の安全を確認する。

（2）活動前の用具等の安全確認

部活動は、学校施設・設備や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、活動にあたっては、顧問と生徒が共に施設・設備の安全確認を行う。

［チェック項目］

☐ 安全点検日の設定

☐ 活動前の用具等の安全点検

☐ 事故原因となりそうな箇所の把握と周知

（床のささくれ、畳・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、防球ネット等のほころび、支柱ネジの緩み及びロードワーク時の危険個所の把握等）

**５　事故発生時の救急体制**

（1）救急対応の手順

①発生した事故災害の状況把握と安全確保。

②傷病者の症状の確認

| ・出血　・意識　・呼吸　・脈拍　・傷　・骨折　・その他の症状等 |
|---|

③一次救命処置（心肺蘇生法などの応急手当・ＡＥＤの手配・119 番通報）＜資料５＞

④管理職、養護教諭及び保護者へ連絡し、協力を仰ぐ。

⑤救急車に教職員が１人以上同伴する（携帯電話を所持）。

⑥担当者を決め、詳細な記録を取る。

（2）救急車要請基準

| | |
|---|---|
| ・心停止、呼吸停止の状態 | ・意識障害を伴うもの |
| ・ショック症状（蒼白、脱力感、脈異常、冷汗、あくび等） | |
| ・けいれんが持続する状態 | ・激痛が持続する状態 |
| ・多量の出血や骨の変形を伴う状態 | ・大きな開放創（開いた傷）をもつもの |
| ・広範囲の火傷　など | |
| ※上記に限らず、判断に迷う場合は要請すること。 | |

（3）障害のある生徒や生活管理が必要な生徒のプライバシーの保護と支援体制

□保護者、医師等との密接な連携、共通理解及びプライバシーの保護

□緊急時に備えた医療機関等との連絡体制や支援体制の整備

## ６　熱中症の予防と処置＜資料６＞

（1）環境条件の把握

気温が高いときほど、また同じ気温でも湿度が高いときほど、熱中症の危険性は高くなることから、それに応じた運動、水分・塩分補給を行う。

（2）運動量の調整

急に暑くなった時期は、運動強度を軽くし、暑さに慣れるまでの数日間は、休憩をこまめにとりながら、軽い短時間の運動から始め、徐々に運動量（強度と時間）を増やす。

運動強度が高いほど熱の産生が多くなり、熱中症の危険性が高くなることから、環境条件や体調に応じた運動量（強度と時間）で活動を行う。暑い時期の運動はなるべく涼しい時間帯に行い、休憩を頻繁に入れるよう留意する。

（3）個人の状態や体調の考慮

体調が悪いと体温調節能力も低下し、熱中症につながる恐れがあることから、疲労、睡眠不足、発熱、風邪及び下痢等、体調の悪いときには無理に運動をさせない。活動前、活動中及び活動後の健康観察を行う。

（4）服装・装具の配慮

皮膚からの熱の出入りには衣服が影響することから、暑い時の服装は軽装とし、直射日光は帽子等で防ぐようにする。

活動時に身に着けるプロテクターや防具等の保護具は、休憩時にははずすか、緩めるなどし、体の熱を逃がすように留意する。

（5）暑さ指数（ＷＢＧＴ）と暑さ指数計による測定＜資料７＞

暑さ指数（ＷＢＧＴ）計等により環境温度の測定を行い、「熱中症予防運動指針」を参考に熱中症事故等を防止するための対応を徹底する。

**ＷＢＧＴ31 以上：運動は原則禁止、ＷＢＧＴ28～31：激しい運動は中止**

（6）熱中症の判断と処置

気温や湿度が高い日、夏の初期は熱中症が起こりやすいことを認識し、具合が悪くなった生徒の熱中症を疑い、すぐに活動を中止するとともに日陰やクーラーの効いた室内に移動させる。水分を摂取できる状態であれば、冷たい水分と塩分（スポーツドリンク等）を補給させる。水分を摂取できない、症状が重い、休んでも回復しない場合には、病院へ搬送する。＜資料８＞

［チェック項目］

□ 温度・湿度の計測

□ 活動時間・場所の検討

□ 運動前、運動中、運動後の健康観察と健康状態の把握

□ 暑さ指数（ＷＢＧＴ）計による測定

□ 熱中症予防対策品の管理

## 7　落雷・突風被害の予防

（1）情報収集

テレビやラジオ、インターネット等で、雷注意報や竜巻注意報等の気象情報を入手する。特に「大気の状態が不安定」「急な雨に注意」「雷を伴う」「竜巻などの激しい突風」といったキーワードに注目する。

（2）落雷や突風の予兆

ア　真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。大粒の雨や雹（ひょう）が降り出す。

イ　雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。

ウ　ヒヤッとした冷たい風が吹き出す。

（3）落雷の具体的対応

ア　屋外にいる生徒をすぐに屋内に避難させる。

イ　屋内では、壁や柱、コンセントや電気製品から１m以上離れるよう指示する。

ウ　屋内に避難できない場合は、活動を直ちに中止し、電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い建物のてっぺんを 45 度以上の角度で見上げる範囲で、その物体から４m以上離れた範囲に避難する。姿勢を低くして、持ち物は体より高くつき出さないよう指示する。

エ　雷はすぐに止むので、雷情報等で安全が確認できるまで動かない。

（4）突風の具体的対応

ア　屋外にいる生徒をすぐに屋内に避難させる。

イ　風圧によるドアの開閉や窓ガラスの飛散によるけがの防止等を図る。

ウ　屋内では、窓やカーテンを閉めて、窓ガラスからできるだけ離れたところで姿勢を低くして頭や首を守るように指示する。教室であれば、地震のときのように机の下に潜り込むよう指示する。

エ　屋内に避難できない場合は、直ちに、テントや車、電柱や高い樹木等から離れて、頑丈な建物の物陰や溝の中で姿勢を低くして頭や首を守るよう指示する。

［チェック項目］

□ 情報収集が可能な端末の所持

□ 落雷や突風の際、直ちに避難できる建物の確認

□ 突風で煽られる物や、破損の恐れがある物の確認と事前処置

□ 避難姿勢の周知

資料１

# 令和７年度　学校の部活動に係る活動方針

学校名　　岩手県立岩泉高等学校
校長名　　礒　部　隆　宏

１　活動の方針

（1）基本理念である「文武両道」のもと、部活動をとおして技術や人間性を磨き、集団での責任感や連帯感を涵養し、健やかな心身を育成する。
（2）伝統ある活動の魅力を、活動をとおして校外に伝えるとともに、家庭や地域と連携を深め、地域社会の活性化に貢献する。
（3）部活動をとおして主体性を育み、スポーツ・文化活動の充実感を深く味わうことで、生涯にわたって豊かな生活を営む資質を醸成する。
（4）発達の個人差、女子の成長期の状況等、スポーツ医・科学の見地を取り入れたトレーニングの導入、適切な休養日及び活動時間を設定する。
（5）加入については任意とするが、教育的価値を鑑み部活動を推奨する。

２　休養日・活動時間について

（1）週２日（平日１日＋日曜日）以上の休養日を設定する。どの日に設定するかは各部の判断による。
（2）大会等のため、設定した休養日に活動する場合は、代替日を確保する。
（3）活動時間は生徒の健康面やバランスのとれた生活に配慮し、適切な時間とする。

３　活動のきまり

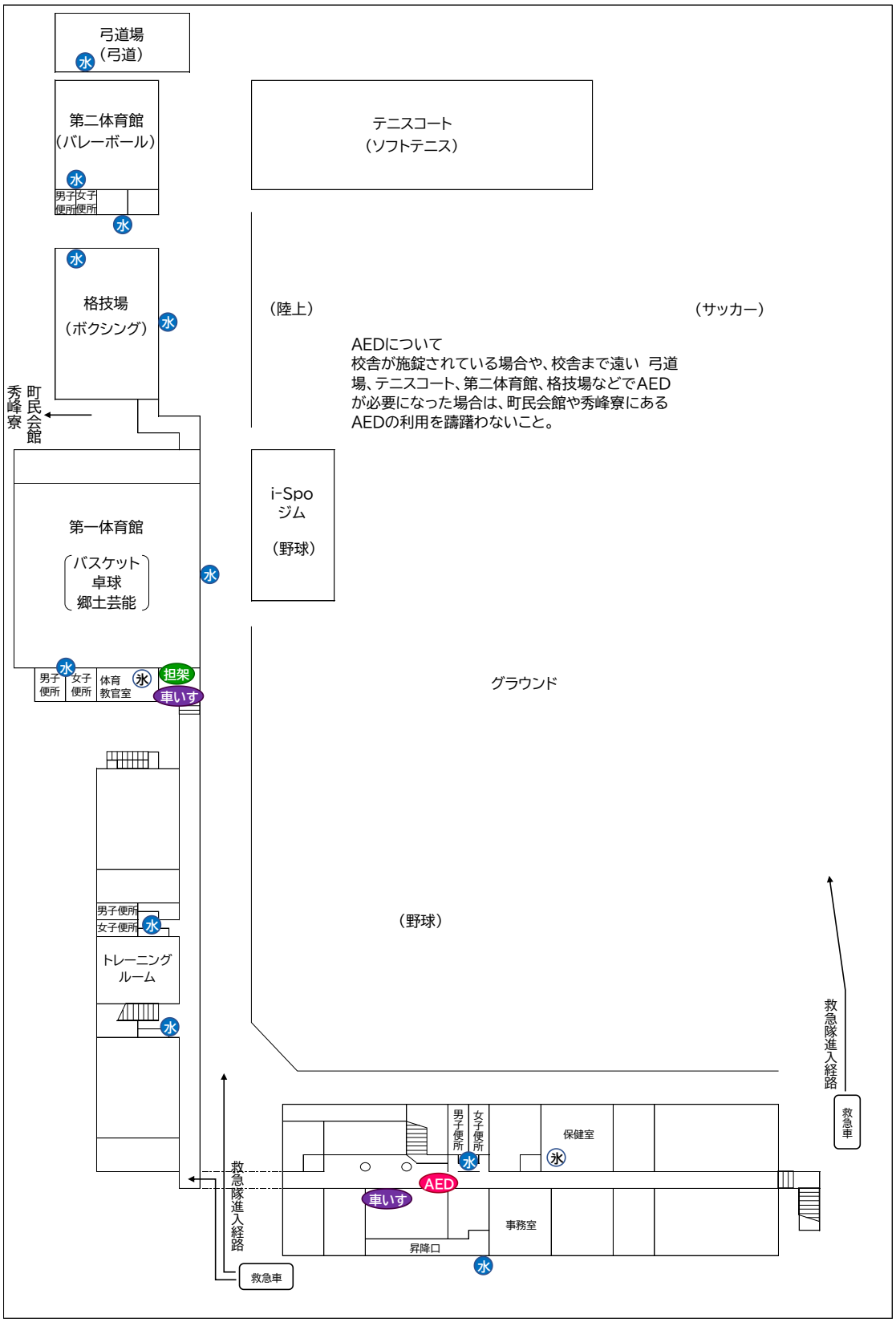
（1）定期考査１週間前（土日含む）は部活動を行わない。ただし、考査期間中から考査終了後２週間以内の間に大会等がある場合は、特別活動許可願いの決裁を受ける。
（2）年末年始等の学校閉庁日は部活動を行わない。
（3）事故の未然防止のため、施設・設備の点検をする。
（4）寒暖や熱中症指数等の健康指標に配慮し、無理のない練習メニューを提示するなど安全配慮義務を徹底し、練習環境の保全と整備をする。
（5）活動時に怪我や事故等が生じた場合、速やかに管理職や他の職員と連絡を取りあって生徒の処置や対応、外部への連絡・要請を行う。
（6）地震や豪雨などの自然災害や、不審者侵入などの危機が生じた場合は、危機管理マニュアルに沿って速やかに生徒の安全を確保する。
（7）顧問をはじめとする指導者は、いかなる理由があっても、体罰や暴言等がない指導に徹する。
（8）**ウエイトトレーニング室を使用する場合は、必ず顧問立会いのもと、複数人で実施すること。**

４　その他

上記以外の事項については、校長が決定する。

資料２

活動場所、ＡＥＤ・担架・車いす・水・氷の配置、救急隊進入経路



資料３

ヒヤリハット事例

| 部活動名 | 内　容 |
|---|---|
| 陸上競技部 | ・グラウンドで野球の打球に気づかず、当たりそうになった。<br>・生徒がダイナマックスを投げたときに、真下に落下した。<br>・ハードルのドリルをしているときに転倒した。 |
| バスケットボール | ・ボールを追って生徒が壁にぶつかりそうになった。<br>・ストップする際に足を滑らせて転倒した。<br>・選手同士が接触し、転倒した。 |
| ソフトテニス | ・ボール拾いをしている人にラケットがぶつかりそうになった。<br>・ネットを外す際、勢いよく外れてしまい腕にあたった。<br>・ラインテープの緩みに引っ掛かり、転倒した。 |
| 弓道 | ・赤旗を出さずに、行射が終わったと勘違いして矢取に入ろうとした。<br>・行射中に看的板の前に立った。矢が飛ぶ方向に立った。<br>・巻藁を外れて跳ね返った矢が当たった。<br>・袴を踏んづけて転倒した。<br>・防矢ネットを飛び越して、射場外に矢が飛んで行った。<br>・袴や道衣の通気性が悪いので、熱中症になった。 |
| ボクシング | ・パンチが鼻に当たり、鼻血が止まらなくなった。<br>・減量中、サウナで具合が悪くなった。<br>・試合中頭にパンチが当たり、倒れた。 |
| サッカー | ・強風によりサッカーゴールが倒れ生徒に当たりそうになった。<br>・競ったプレーの際に選手同士が接触した。<br>・蹴ったボールが頭に当たり、軽度の脳しんとうになった。 |
| 硬式野球 | ・使用するゲージが倒れそうになった。<br>・打球を見ておらず、当たりそうになった。<br>・選手同士が接触し、転倒した。 |
| 卓球 | ・卓球台の移動の際、台が倒れそうになった。<br>・プレー領域の間隔が狭いために、生徒同士が接触した。<br>・高温多湿の中、窓を閉め切って活動し体調を崩す生徒がいた。 |
| バレーボール | ・ネット際での接触による足首などの負傷<br>・準備におけるワイヤーネットによる負傷<br>・ボールを追っているときのポールへの衝突 |
| 吹奏楽 | ・道具（楽器含む）の破損による唇・手指の怪我<br>・マウスピースの温度変化による唇の損傷<br>・練習中の体調の急変 |
| 総合文化 | ・カッターを用いた制作で指を切りそうになった。<br>・作品展示の際、テーブルに指を挟みそうになった。 |
| 郷土芸能 | ・道具や人との接触・衝突により打撲・転倒<br>・道具の破損による手指の怪我<br>・練習中の体調の急変 |

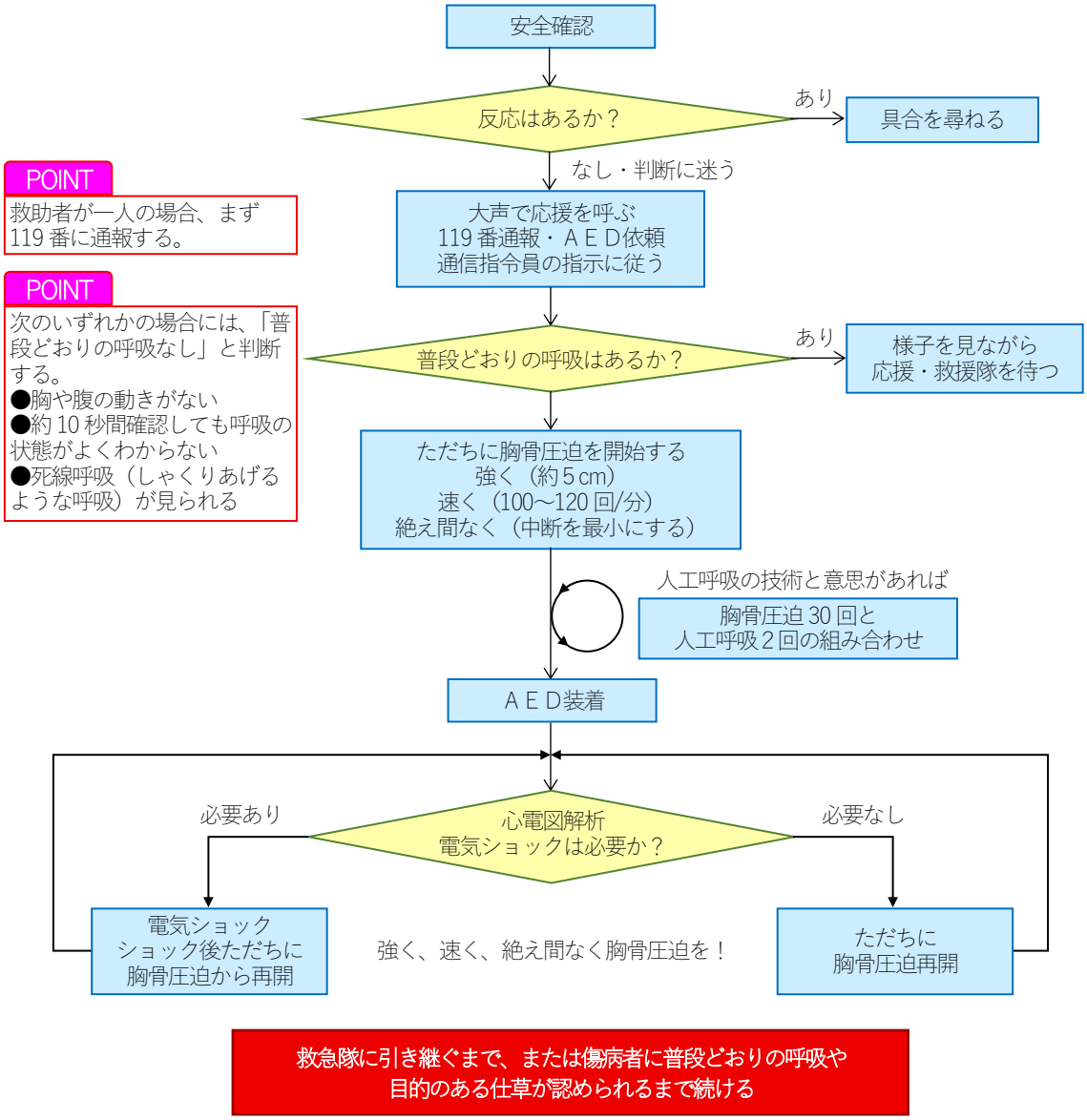
資料４

安全対策と安全指導

| 部活動名 | 内　容 |
|---|---|
| 陸上競技 | ・月１回は、活動場所の安全確認をする。<br>・投てき練習は１人の場合は、投げない。安全な場所で投げる。 |
| バスケットボール | ・練習の妨げになる用具等をフロアに置かない。<br>・軽い運動からウォーミングアップを行う。<br>・コートが濡れた場合は、すぐにコートを拭く。<br>・生徒の健康状態をしっかり把握する。<br>・体育館を共用で使用する場合は、間隔を広く取る。 |
| ソフトテニス | ・ネットやポールを外す際は２人以上で行う。<br>・ラケットを使用する際は、周りに人がいないかを確認する。<br>・コート整地の際、ラインテープの釘が出ていないか確認する。 |
| 弓道 | ・防矢ネットや支柱に劣化や腐食がないか月１回確認する。<br>・矢が飛ぶ方向の動線を確認する。<br>・矢取りを行う際は、赤旗を揚げ、声をかける。<br>・蜂の巣を定期的に駆除する。 |
| ボクシング | ・使用前にヘッドギア・グローブ等道具の点検を行う。<br>・顧問がつけないときは、強く打ち合うような練習は行わない。<br>・リングに破損がないか確認する。 |
| サッカー | ・ゴールネットが破れていないか確認する。<br>・風が強い日にはサッカーゴールに近づかないようにする。<br>・準備運動をしっかり行う。 |
| 硬式野球 | ・打撃練習をする際は全員が打球に集中する。<br>・ヘルメットを被るなどの対策を徹底する。<br>・使用する用具を定期的に点検する。 |
| 卓球 | ・卓球台の運搬・設置等は２人以上で行う。<br>・卓球台やプレー領域の間隔をしっかりとる。<br>・審判を行う際、接触のない場所で行う。 |
| バレーボール | ・ポールは必ず２人以上で運搬する。<br>・ポールカバーをつける。<br>・ネット越しに身体の接触がないように注意する。 |
| 吹奏楽 | ・道具（楽器含む）の破損がないか定期的に点検する。 |
| 総合文化 | ・顧問がつけないときは、火気や刃物を用いた作業を行わない。 |
| 郷土芸能 | ・準備運動をしっかり行う。<br>・道具や身体の接触事故等がないよう間隔に十分注意する。<br>・道具類の破損がないか定期的に点検する。 |

資料５

## 一次救命処置




JRC 蘇生ガイドライン 2020 参考

資料６

熱中症予防

| 部活動名 | 内　容 |
|---|---|
| 陸上競技部 | ・熱中症指数 31 以上の時は原則、活動をさせない。<br>・水分摂取をさせながら、部活動を行う。 |
| バスケットボール | ・窓を開け、送風機で空気を循環させる。<br>・適切な間隔で水分補給及び休憩の時間を確保する。<br>・気温・湿度を観察し、必要があれば活動を中止する。 |
| ソフトテニス | ・気温や湿度により、活動を控える。<br>・水分補給と休憩の時間を確保する。<br>・テント等を使用し、日陰を確保する。 |
| 弓道 | ・気温や湿度により、活動を控える。<br>・水分補給の時間をこまめにとる。<br>・練習の途中に休憩時間を設ける。 |
| ボクシング | ・気温や湿度により、活動を控える。<br>・水分補給と休憩の時間を確保する。<br>・換気をしっかり行う。 |
| サッカー | ・気温や湿度によって活動をやめるか内容を変更する。<br>・水分補給の時間をこまめにとる。<br>・テントを立てるなど、なるべく直射日光を避ける。 |
| 硬式野球 | ・水分補給の時間をこまめにとる。<br>・練習の途中に休憩時間を設ける。<br>・気温や湿度によって活動内容を変更する。 |
| 卓球 | ・換気をしっかり行う。<br>・休憩、水分補給の時間を確保する。<br>・高温多湿の際は、練習を控える。 |
| バレーボール | ・扉や窓は可能な限りすべて開ける。<br>・練習メニューの間隔を狭め、水分補給の時間を設ける。<br>・身体の負荷が大きい動作を少なくする。 |
| 吹奏楽 | ・休憩、水分補給の時間を確保する。<br>・室温が高いときは、エアコンや扇風機を使用する。 |
| 総合文化 | ・常時換気、送風を行いながら作業する。<br>・水分補給の時間をこまめにとる。<br>・室温が高くなる場合は、涼しい教室に移動して作業を行う。 |
| 郷土芸能 | ・常時換気、送風をする。<br>・水分補給、休憩時間を必ず確保する。<br>・活動場所が高温多湿の場合は、近隣の施設利用をする。 |

資料７

熱中症予防運動指針

## 熱中症予防運動指針

出典：日本スポーツ協会

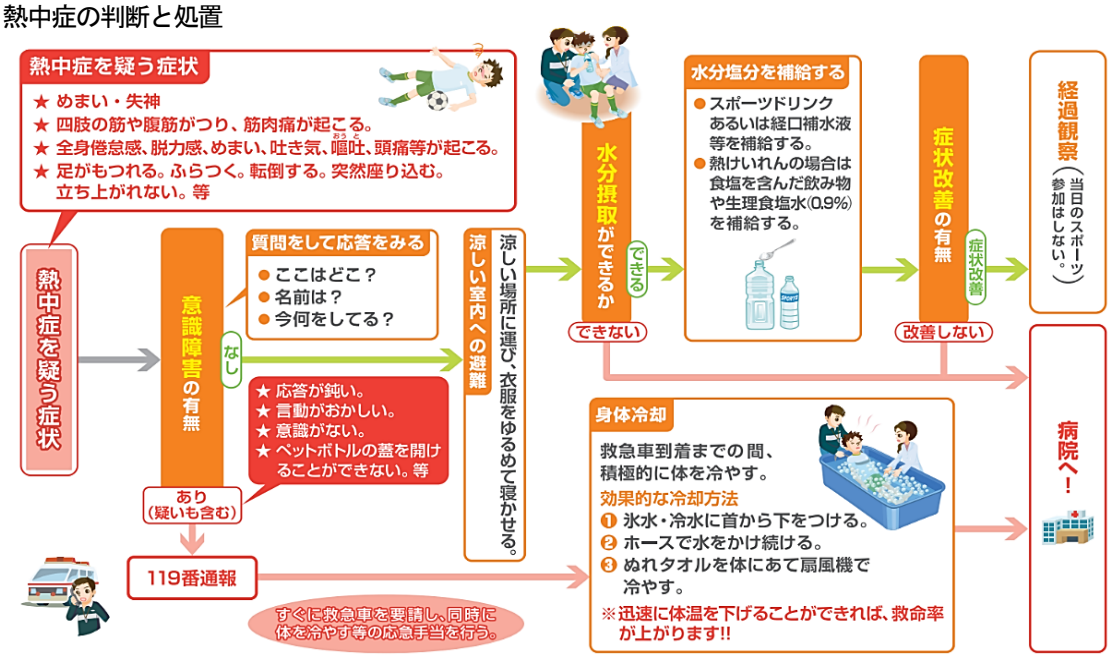
| WBGT（℃） | 湿球温度（℃） | 乾球温度（℃） | 熱中症予防運動指針 | |
|---|---|---|---|---|
| 31以上 | 27以上 | 35以上 | 運動は原則中止 | 特別の場合以外は運動を中止する。特に子供の場合は中止すべき。 |
| 28～31 | 24～27 | 31～35 | 厳重警戒（激しい運動は中止） | 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～ 20分おきに休憩をとり水分・塩分を補給する。暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。 |
| 25～28 | 21～24 | 28～31 | 警戒（積極的に休憩） | 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分おきぐらいに休憩をとる。 |
| 21～25 | 18～21 | 24～28 | 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。 |
| 21未満 | 18未満 | 24未満 | 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・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。 |

1) 環境条件の評価にはWBGT（暑さ指数とも呼ばれる）の使用が望ましい。

2) 乾球温度（気温）を用いるときは、湿度に注意する。湿度が高いときは１ランク厳しい環境条件の運動指針を適用する。

3) 熱中症の発症のリスクは個人差が大きく、運動強度も大きく関係する。運動指針は平均的な目安であり、スポーツ現場では個人差や競技特性に配慮する。

※暑さに弱い人：　体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など。

資料８

熱中症の判断と処置