

令和6年度 運動部活動における安全対策マニュアル

岩手県立岩谷堂高等学校

1. 基本方針

- (1) 部活動は、学校教育の一環として教育課程との関連を図りながら生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであり、参加を義務づけたり、活動を強制したりしないよう留意し、健全で適切な部活動体制を推進する。
- (2) 生徒の心身のバランスに考慮し、健全な成長の確保の観点から休養日や活動時間を適切に設定する。
- (3) 過度の練習が生徒の心身に負担を与えること等を正しく理解するとともに、合理的でかつ効率的・効果的な練習・活動を積極的に取り入れ、休養を適切に取りつつ、短時間で効果が得られるような指導を行う。
- (4) 部顧問・部活動指導者・外部指導者（以下、指導者という）は生徒とコミュニケーションを十分に図りながら、目標が達成できるよう指導方法を工夫するとともに、生徒の健康・安全を第一に考えた活動を行う。

2. 事故防止・安全確保

- (1) 指導者および生徒は活動にあたって使用する施設・設備の点検（体育館、グラウンド、器具など）、活動場所の危険箇所の把握と適切な対策、非常口や避難経路の確認等の安全確認を行う。
- (2) 指導者は各部員の健康状態や既往歴の把握、活動前の体調確認（体温測定、自己申告など）等、健康管理に留意する。
- (3) 熱中症予防のため、別添の熱中症対策ガイドラインに沿って指導者は活動場所の気温、湿度、熱中症警戒指数（WBGT値）を確認・予測し、高い場合は活動内容、活動時間の変更や中止を検討する。
- (4) 部顧問が、活動の場につけない場合の練習については、練習の内容を考慮するとともに、事故発生時の対応などを生徒に周知する。
- (5) 万一事故が発生した場合に備え、迅速な対応の仕方を心得ておく。連絡体制、役割分担を定め、全員が理解しておくとともに、掲示により、対応が確実にできるようにする。

3. 活動中の安全対策

- (1) 活動前、中、後に適切なタイミングで水分（スポーツドリンクや経口補水液といった、塩分やミネラルを摂取できるもの）補給を行う。
- (2) 定期的な休憩を挟むとともに高温多湿時には日陰や涼しい場所で休むよう指導する。
- (3) 休養日・活動時間について
 - (ア) 休養日は週1日以上休養日を徹底しながら、年間平均で週当たり2日以上休養日の設定に努める。
 - (イ) 1日の活動時間は、平日2時間程度、休日及び長期休業中は3時間程度を目安とするが、

競技種目の特色を考慮する。

(ウ) 定期考査の1週間前から考査終了までは、原則として部活動を停止する。大会等がある場合は特別活動願いを申請する。

4. 事故・危機発生時の対応

① 救急（応急）措置

- ・ 担当教員は、生徒の意識の有無・顔色・呼吸・脈拍などを確認し、負傷した生徒への応急処置を行う。
- ・ 担当教員は、周囲にいる者（教職員・生徒）に救急車（119番）の出動要請、校長への連絡、他の教職員への応援を依頼する。状況に応じ、担当教員（発見者）が直接通報する。
- ・ 担当教員は、他の生徒を、救急活動の妨げにならない場所に移動させる。
- ・ 養護教諭等（状況に応じて担任や年次長）は、負傷した生徒の応急処置を引き継ぐとともに、速やかに保護者に事故の概要を報告し、希望する医療機関があるか、搬送される医療機関に向かうことができるかなどを確認する。
- ・ 救急車到着までの間、AED（自動体外式除細動器）の使用や心肺蘇生法などの手当てが必要と認められる場合は、的確に実施する。
- ・ 救急車の進入路を確保し、救急車が到着したら、速やかに、救急隊員を負傷者まで誘導する。
- ・ 担当教員等は、救急隊員に事故発生時の状況や応急措置の状況等を説明する。
- ・ 担当教員等は、救急隊員の指示により、救急車に同乗又は別途、搬送先の医療機関に向かう。
- ・ 状況により学校医へ連絡し、対応等の助言をいただく。

② 状況把握

- ・ 担当教員等は、医師に事故発生時の状況等を報告する。
- ・ 医師から負傷の状況、診断、治療内容等を聞き、校長へ連絡する。
- ・ 校長の指示のもと、負傷した生徒に付き添うなどの対応をするほか、負傷の状況により校長、副校長又は他の教職員を病院に派遣する。
- ・ 他の生徒の動揺を抑えるとともに、状況を説明する。

③ 関係機関との連携

校長の迅速な指示のもと、分担して次の対応を行う。

消防（119番） 救急車の要請を行う。救急車には、隊員の許可を得て、その指示により教職員が同乗し、状況説明を行う。

医療機関 負傷者の治療のため、医師に状況説明を行う。

警察（110番） 校長は、状況に応じて事故が発生したことを連絡する。

保護者 負傷した生徒の保護者へ連絡する。事故への対応の経過や本人の状況、搬送先など、事実のみ（見込みの話は混乱のもと）を伝える。

教育委員会 校長は、事故の概要を速やかに所管する教育委員会に報告し、後

日、文書で提出する。

④ 情報の収集と一元化（報道機関への対応）

- ・ 生徒の動揺を静めながら事情を聞き、情報を集めるとともに、医師から診断、治療内容等を聞き、事故の経緯を正確に把握し、記録する。
- ・ 関係機関や報道機関等外部へ情報を提供する場合は、校長に窓口を一本化し、混乱を避ける。

5. 事故・危機終息後の対応

① 原因の究明

- ・ 校長は、事故に関わる情報を整理・記録するとともに、事故原因や問題点を調査・究明し、その反省と改善について全職員の共通理解を図る。
- ・ 練習内容に無理がなかったか、生徒の健康状態の把握が十分だったかなど、事故につながる要因について調査し、再発防止に取り組む。

② 支援・援助

- ・ 校長と関係教員は、負傷した生徒を見舞うとともに、保護者に事故の経緯を説明し、独立行政法人日本スポーツ振興センター等の手続き及び給付等について説明を行う。
- ・ 事故に遭遇した他の生徒について、事故の経過を説明し、混乱を招かないよう配慮する。

③ 心のサポート・ケア

負傷した生徒及び周囲の生徒でショックを受けている者がいる場合は、精神科医やスクールカウンセ

ラー等の専門家に依頼するなど、連携を図りながら心のサポート・ケアを行う。

④ 再発防止

教職員や生徒に対する事故防止策や安全点検等の見直しを行い、事故の再発防止に取り組む。

⑤ 報告

事後措置の状況を所管する教育委員会に報告する。

6. 関係法令等

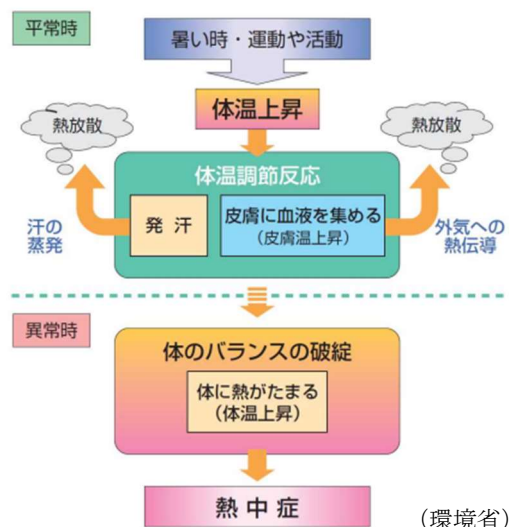
- ① 国家賠償法第1条（公権力の行使に基づく損害の賠償責任、求償権）、第3条（賠償責任者）
- ② 民法第709条（不法行為による損害賠償）、第714条（責任無能力者の監督義務者等の責任）、第715条（使用者等の責任）、第722条（損害賠償の方法及び過失相殺）
- ③ 学校保健安全法第5条（学校保健計画の策定等）、第26条（学校安全に関する学校の設置者の責務）、第27条（学校安全計画の策定等）
- ④ 独立行政法人日本スポーツ振興センター法施行令第5条（学校の管理下における災害の範囲）

令和6年度岩谷堂高等学校 熱中症対策ガイドライン

1 熱中症とは

暑熱環境下において、熱の産生と熱の放散とのバランスが崩れ、体温が急激に上昇した状態。

熱中症の発症には、環境（気温、湿度、輻射熱、気流等）及び体（体調、年齢、暑熱順化の程度等）と行動（活動強度、持続時間、水分補給等）の条件が複雑に関係している。



2 熱中症の症状と重症度分類

軽症の場合「立ちくらみ」や「筋肉のこむら返り」などを生じるが、意識ははっきりしている。中等症では、全身の倦怠感や脱力、頭痛、吐き気、嘔吐、下痢等の症状が見られる。このような症状が現れた場合には、直ちに医療機関へ搬送する必要がある。重症では高体温に加え意識障害がみられ、けいれん、肝障害や腎障害も合併し、最悪の場合には死亡する場合もある。

熱中症の症状には、典型的な症状が存在しない。暑さの中にいて具合が悪くなった場合には、まず、熱中症を疑い、応急処置あるいは医療機関へ搬送するなどの措置を講じる必要がある。

分類 重症度	症状からみた 診断	症 状	対 応
I 度 軽症 【現場の応急処置で対応できる】	熱失神 熱けいれん	めまい・立ちくらみ・一時的な失神 筋肉痛・筋肉の硬直(こむら返り) 手足のしびれ・気分の不快	・風通しの良い涼しい場所で、足を高くして寝かせる。 ・0.2%食塩水、スポーツドリンク等で水分・塩分を補給する。
II 度 中等症 【病院への搬送が必要】	熱疲労	頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感	・体を冷やす。 ・生理食塩水(0.9%食塩水)などの補給や点滴。
III 度 重症 【入院し集中治療が必要】	熱射病	II 度の症状に加え、意識障害・けいれん・手足の運動障害 高体温	・ 救急要請し 、速やかに冷却措置を行なう。

（参考引用文献：日本救急医学会分類 2015 より）

3 熱中症予防策

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。そのため、暑い環境下に長時間いることを避けることが大切。学校生活の中では体育・スポーツ活動において熱中症を発症することが多く、スポーツなどの体を動かす状況では、それほど気温の高くない環境下でも熱中症を引き起こすことがある。暑くないから大丈夫と思うのではなく、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。

<熱中症予防の原則>

1. 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと
2. 暑さに徐々に慣らしていくこと
3. 個人の条件を考慮すること
4. 服装に気を付けること
5. 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること

4 暑さ指数（WBGT）に応じた注意事項等

（1）暑さ指数

暑さ指数（WBGT：Wet Bulb Globe Temperature：湿球黒球温度）は、熱中症の危険度を判断する環境条件の指標。この WBGT は、人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目し、熱収支に与える影響の大きい気温、湿度、日射・輻射など周辺の熱環境、風（気流）の要素を取り入れた指標で、単位は、気温と同じ「°C」を用いる

暑さ指数(WBGT 数値)		熱中症予防のための運動指針 ((公財)日本スポーツ協会)	日常生活における注意事項 (日本気象学会)
31℃以上 気温 35℃以上	【 危険 】 運動は原則禁止	特別な場合以外は運動を中止する。	外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
28～31℃ 気温 31～35℃	【 厳重警戒 】 激しい運動は中止	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。運動する場合には 10～20 分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行なう。体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動中止。	外出時は炎天下を避け、室内では、室温の上昇に注意する。
25～28℃ 気温 28～31℃	【 警戒 】 積極的に休息	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。	運動や激しい作業をする際は、定期的に充分に休憩を取り入れる。
21～25℃ 気温 24～28℃	【 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・塩分を補給する。	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には、発生する危険性がある。
21 度未満 気温 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。	

(2) 熱中症警戒アラート・熱中症特別警戒アラート

熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される際に、環境省・気象庁が新たに暑さへの「気づき」を呼びかけ、国民の熱中症予防行動を効果的に促すための情報提供のこと。

	熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
発表の基準	県予報地区の <u>どこかの地点で暑さ指数(WBGT) が 33 以上</u> になると予測した場合に発表	県予報地区の <u>全ての地点で暑さ指数(WBGT) が 35 以上</u> になると予測した場合に発表
発表のタイミング	前日の 17 時頃及び当日の朝 5 時頃に最新の予測値をもとに発表	前日の 14 時頃に最新の予測値をもとに発表

5 岩谷堂高校の熱中症予防措置

(1) 通常授業日

- ・副校長が朝会前の時点での最高暑さ指数予測を確認し、朝会時に職員に周知する。また、生徒下足箱側面に、当日の最高気温と最高暑さ指数を表示する。1日のうちに暑さ指数 31 以上（危険）を超える時間があつた場合、もしくは気温が 35℃以上の場合は、原則運動は中止とする。
- ・危険な日は、再度正午に暑さ指数を測定して、数値が変わっていた場合は、表示を訂正する。
- ・体育の授業の際は、授業開始前に暑さ指数を確認し、31 以上の「危険」の場合もしくは気温が 35℃以上の場合は活動場所及び内容の変更をする。
- ・熱中症の危険がある日に、特別な理由により部活動を行う際は、副校長または生徒指導課長に申し出る。活動にあたっては、必ず顧問がついて暑さ指数や生徒の体調を確認し、こまめに休憩、水分補給を行う。また、運動時間を短縮するなど、運動量を軽減する。
- ・体育館や教室等の暑さ指数を 1 時間ごとに確認し、暑さ指数に応じた予防対策を行う。

(2) 土日・長期休業

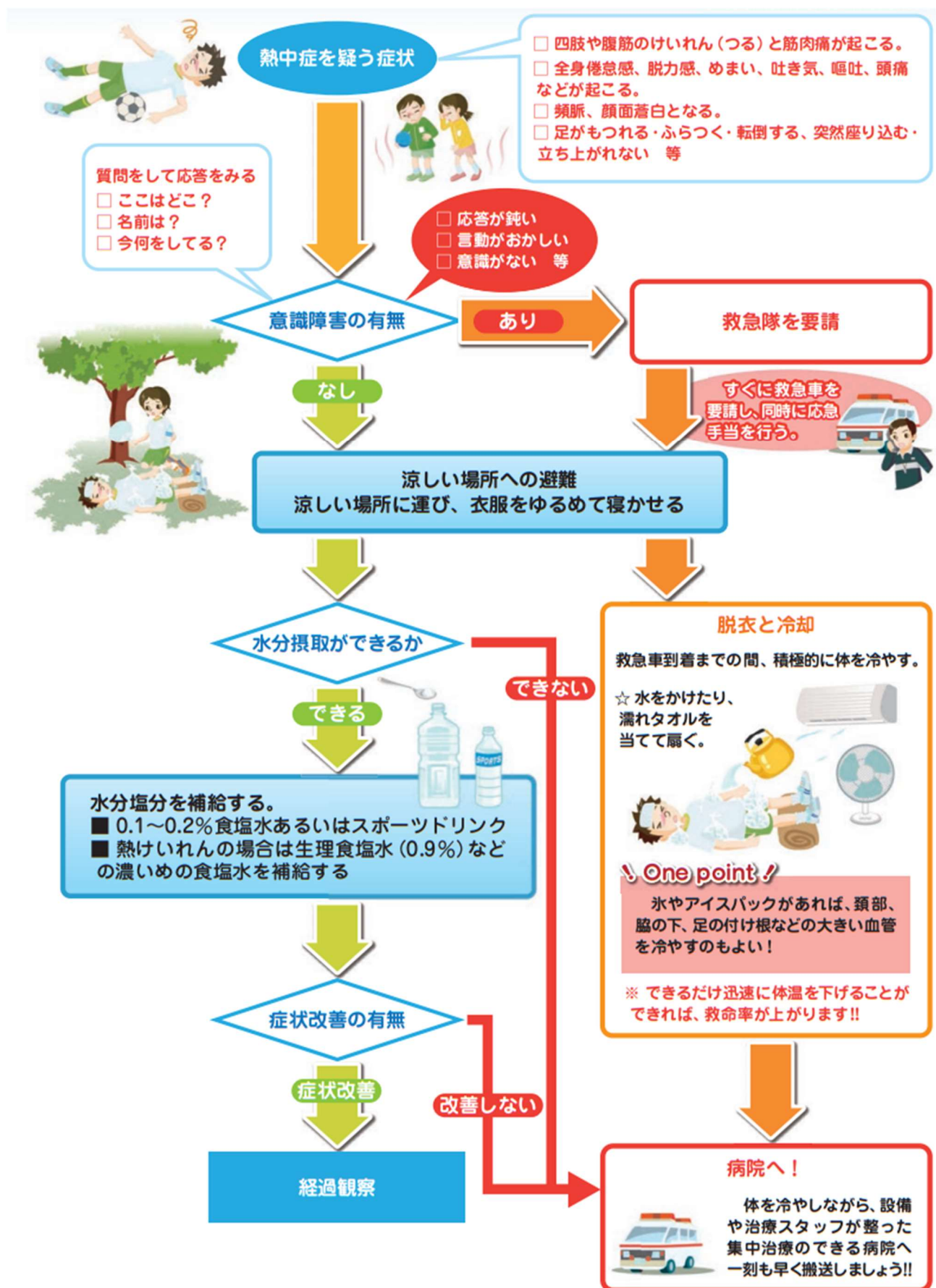
- ・顧問は、部活動開始前に暑さ指数計または環境省 HP 熱中症予防情報サイト（江刺地域）から暑さ指数を確認し、部活動の可否の判断を行う。
- ・部活動開始後も適宜暑さ指数の確認などを行う。

※暑さ指数測定方法 （暑さ指数計は職員室養護教諭机上に保管）

- ・屋外の場合は黒球を日射に当てる
- ・地上から 1.1m の高さで測定
- ・可能な限り壁等の近くを避ける
- ・値が安定してから計測値を読み取る
- ・黒球に触れないようにする
- ・通気口をふさがないようにする



6 熱中症発生時の対応



(日本スポーツ振興センタ

7 熱中症事故対策チェックリスト

☐	特に運動時、その前後も含めてこまめに水分を補給し休憩をとるよう指導する (運動時以外も、暑い日はこまめな水分摂取・休憩に気を付けるようにする)
☐	自分の体調に気を配り、不調が感じられる場合にはためらうことなく教職員等に申し出るよう指導する
☐	暑い日には帽子等により日差しを遮るとともに通気性・透湿性の良い服装を選ぶよう指導する
☐	生徒等のマスク着用に当たっても熱中症事故の防止に留意する
☐	運動等を行った後は十分にクールダウンするなど、体調を整えたうえでその後の活動（登下校を含む）を行うよう指導する
☐	運動の際には、気象情報や活動場所の暑さ指数（WBGT）を確認し、無理のない活動計画を立てるよう指導する
☐	生徒等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
☐	校外学習や部活動の遠征など、普段と異なる場所等で活動を行う際には、事故防止の取組や緊急時の対応について事前に教職員等と共通認識を図る
☐	登下校中は特に体調不良時の対応が難しい場合もあることを認識させ、発達段階等によってはできるだけ単独行動は短時間にしてリスクを避けること等を指導する

(1) 生徒への指導等

☐	暑さ指数等により活動の危険度を把握するとともに、生徒等の様子をよく観察し体調の把握に努める
☐	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留意する
☐	生徒等の発達段階によっては、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
☐	熱中症発生時（疑いを含む）に速やかに対処できる指導体制とする (重度の症状（意識障害やその疑い）があれば躊躇なく救急要請・全身冷却（全身に水をかけることも有効）・状況により AED の使用も視野に入れる)
☐	活動（運動）の指導者は、生徒等の様子やその他状況に応じて活動計画を柔軟に変更する（運動強度の調節も考えられる）
☐	運動強度・活動内容・継続時間の調節は生徒等の自己管理のみとせず、指導者等が把握し適切に指導する
☐	生徒等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
☐	運動を行った後は体が熱い状態となっているため、クールダウンしてから移動したり、次の活動（登下校を含む）を行うことに注意する

(2) 活動中・活動直後の留意点

熱中症対策記録表

部

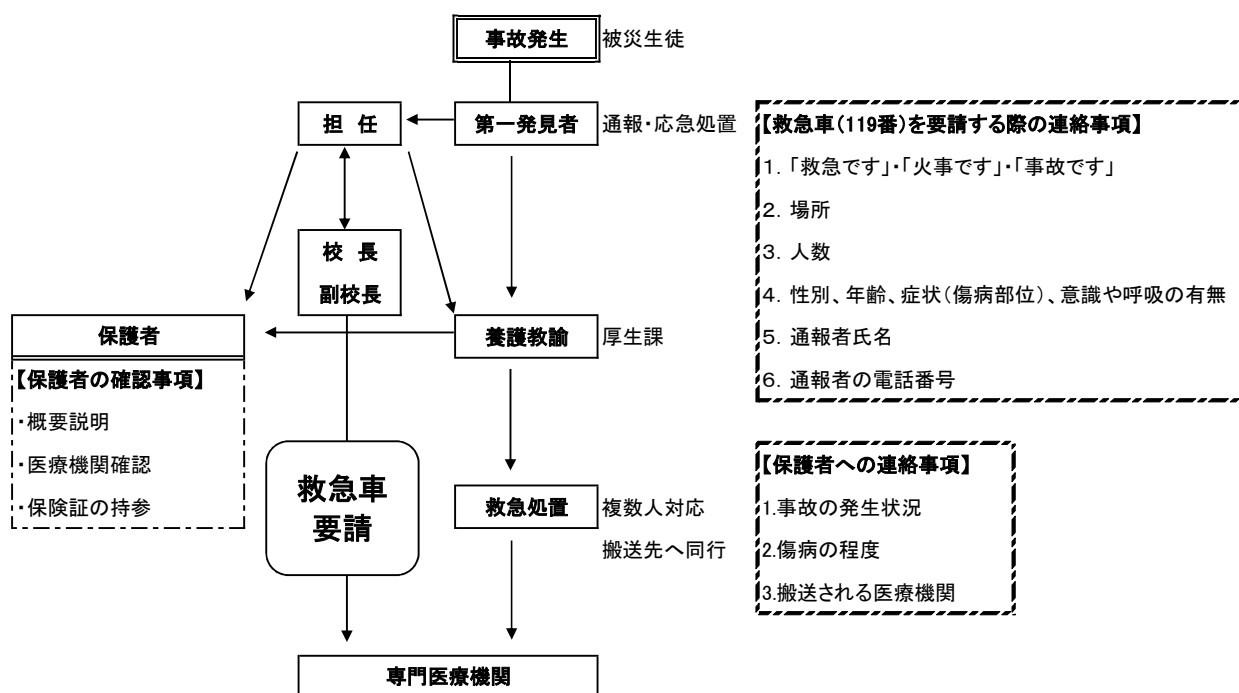
年 月 日 ()		天候		【屋内の部活】 扇風機使用	有	無	熱中症予防運動指針 WBGT℃ 値
活動時間 : ~ :			測定時刻	WBGT値	気温	湿度	↑ 運動禁止
参加人数	1年 名	活動前	:	℃	℃	%	30℃ 嚴重注意 ↓ 10~20分おきに休憩・水分塩分補給
	2年 名		:	℃	℃	%	28℃ 警 戒 ↓ 30分おきに休憩・水分塩分補給
	3年 名		:	℃	℃	%	25℃ 注 意 ↓ 積極的に水分・塩分補給
欠席者名	*欠席者名・理由を記入		活動中	:	℃	℃	21℃ ほぼ安全 ↓ 適宜水分・塩分補給
			活動後	:	℃	℃	%

項目	☐ 活動前、体調不良者はいないか。
	☐ 救急箱（応急薬品等）や氷、水分・塩分補給等の準備はしてあるか。
	☐ 活動中、必要に応じて、休憩し、水分補給の時間をとったか。
	☐ 活動後、体調不良者はいたか。

年 月 日 ()		天候		【屋内の部活】 扇風機使用	有	無	熱中症予防運動指針 WBGT℃ 値
活動時間 : ~ :			測定時刻	WBGT値	気温	湿度	↑ 運動禁止
参加人数	1年 名	活動前	:	℃	℃	%	30℃ 嚴重注意 ↓ 10~20分おきに休憩・水分塩分補給
	2年 名		:	℃	℃	%	28℃ 警 戒 ↓ 30分おきに休憩・水分塩分補給
	3年 名		:	℃	℃	%	25℃ 注 意 ↓ 積極的に水分・塩分補給
欠席者名	*欠席者名・理由を記入		活動中	:	℃	℃	21℃ ほぼ安全 ↓ 適宜水分・塩分補給
			活動後	:	℃	℃	%

項目	☐ 活動前、体調不良者はいないか。
	☐ 救急箱（応急薬品等）や氷、水分・塩分補給等の準備はしてあるか。
	☐ 活動中、必要に応じて、休憩し、水分補給の時間をとったか。
	☐ 活動後、体調不良者はいたか。

平常授業時における救急車要請



【職員の役割分担】

担任	・校長や養護教諭と連絡を取り合いながら保護者へ連絡する ・事故の発生状況を年次た職員の協力を経て調査し、生徒へ指導する。
養護教諭	・職員や生徒の協力を得ながら救急処置を行う。 ・担任や校長へ傷病の程度について連絡する。 ・担任と連絡を取り合いながら、保護者に傷病の程度・災害給付について連絡してもらう。
校長・副校長	・救急体制の指揮を執る。 ・報告を受けて、救急車を要請する。
職員	・担任や養護教諭に協力し、救急処置や生徒指導にあたる。

※ 担任不在時 : 副担任、年次主任、年次職員、部顧問等が当たる。

※ 養護教諭不在時 : 厚生課職員がその任にあたる。

※ 放課後など : 該当年次、部顧問等、残された職員で適宜これにあたる。

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) 陸上競技部

予想される危険	・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。 ・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。
事故防止対策	・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。
県内の取り組み事例	・設備がない場合や活動に支障がある等の場合は、投てき種目の環境が充実した近隣校や公共施設を利用する。 ・練習場所を共用している場合、「グラウンド使用ルールの策定」「投てき方向の工夫」などの対策を講じ実施する。 ・声が聞き取りづらい状況の場合には、ハンドマイク等を使用するなど、確実に伝わるよう工夫する。 ・投てき物が落下する可能性のある場所に、生徒が立ち入らないようにコーンやネット等で明確に練習場所を区分する。

(2) 硬式野球部

予想される危険	・バットスイング時に周りの他の部員にぶつかる危険 ・バッティング練習時、ピッチャーやボール拾いの部員に打球がぶつかる危険 ・バッティング練習時、ファールゾーンで別の練習をしている部員に打球が当たる ・ノック中のイレギュラーバウンドが当たる危険 ・落ちていたボールや用具等を踏み、足をひねったり、転倒する危険 ・フライ捕球時、ファールゾーンのネットに激突する危険。 ・守備中の野手同士が交錯する危険 ・走塁練習中のスライディング時に怪我する危険 ・プレー中における死球などの不慮の怪我
事故防止対策	・バットを振る際の安全確認の徹底。 ・ボール拾いの選手は必ずバッティング練習を注視させる。 ・バッティングピッチャーは「行きます」と発声してから投球する。 ・バッティングピッチャー前にネットを置き、ヘルメットを着用させる。 ・グラウンド整備を徹底し、イレギュラーバウンドを減らす。 ・ボールや用具などがグラウンド上に落ちていないか、足下に注意する。 ・適宜、用具類の片付けをさせる。 ・選手同士の交錯やネット・フェンスへの衝突を避ける為、「危ない」の声を徹底する。 ・事故や怪我が発生しやすいスポーツであることを踏まえ、指導者間で緊急対応の手順などを予め確認しておく。

ソフトテニス部

予想される危険	・ラケット競技であるのでラケットがぶつかり怪我をする ・練習中など落ちていたボールを踏んで転倒・捻挫 ・ペア同士での衝突 ・コート状況(クレーコート、オムニコート、室内コート)によって転倒する可能性 ・熱中症 ・冬期間は体育館等寒い状況で運動することによる怪我
---------	---

事故防止対策	・ラケット競技であるのでラケットを振る周辺に近づかない(ぶつからない距離を保つ) ・コート内でのボールは拾うかコート外に出して練習する ・ボールの軌道をしっかりとみて声をかけて接触を回避 ・コート環境を考えながら動きを意識してプレーに入る ・水分補給等をこまめにする ・準備運動をしっかりと取り体温を上げて可動域を広げプレーする
--------	---

バレーボール部

予想される危険	・ネット付近における接触プレーによる負傷 ・周囲の確認不足による生徒同士の接触等による負傷 ・ジャンプを伴う練習の際にボール上への着地による負傷 ・給水不足による熱中症や脱水症状 ・ストレッチやウォーミングアップ不足等による負傷 ・床面の不良による転倒等の事故 ・ネット設営におけるロープ巻き込み時の事故
事故防止対策	・危険なプレーを防止するための指導(ペネトレーション・タッチネット等のルールの確認) ・コミュニケーションを図ることの確認 ・活動前の周囲の安全確認 ・適度な水分補給の機会確保 ・活動前の体調把握と十分な準備運動とストレッチ ・練習前後に床面の確認を行う。 ・指導者の応急処置手順や、指導者不在時の生徒への緊急時の対応確認の徹底

(3) バスケットボール部

予想される危険	・コンタクトプレーによる負傷、脳しんとう等 ・給水不足による熱中症や脱水症状 ・周囲の確認不足による生徒同士の接触等による負傷 ・ストレッチやウォーミングアップ不足等による負傷
事故防止対策	・危険なプレーを防止するための指導(コンタクトの仕方、ルールの確認) ・適度な水分補給の機会確保 ・活動前の体調把握 ・活動前の周囲の安全確認 ・十分な準備運動とストレッチ ・指導者の応急処置手順や、指導者不在時の生徒への緊急時の対応確認の徹底

バドミントン部

予想される危険	・給水不足による熱中症や脱水症状 ・ストレッチやウォーミングアップ不足等による負傷 ・用具の破損や器具の整備不良による怪我
事故防止対策	・活動前の体調把握 ・適度な水分補給の機会確保 ・ストレッチ等を練習の前後に実施 ・正しいフォームの習得 ・指導者、生徒が応急手当手順や緊急時の対応を把握、確認 ・使用前の器具、用具の点検

(4) ソフトボール部

予想される危険	バッティング練習の時に打球が他の部員にあたる危険。 投球または送球時のボールが他の部員にあたる危険、または打者にあたる危険 走塁を伴う練習の時スライディングでけがをする危険、又は守備者と交錯する危険。 守備練習時に守備者同士が交錯する危険、またはフェンスやポールなどに接触する危険。 グラウンド内に置いてある・落ちている用具などで転倒またはけがをする危険 天候不良等で落雷の危険
事故防止対策	打撃練習時はヘルメットなどの防具の着用を徹底する。また、複数の打球が同時に飛ばないようにする。 スイング練習をしている生徒には近づかない。または大きな声をかけて気が付いた後で会話する。 投球・送球時にはお互いに声をかけてから練習を行う。 走塁練習前には、クロスプレー、タッチプレーなどの事前の注意喚起を行う。 グラウンド内にある用具は、使用した都度片付けや整理整頓を行う。 使用する用具は破損などがないか常に確認する。 落雷の危険があるときは、すぐに練習をやめ屋内に避難する。

(5) 剣道

予想される危険	・竹刀で実際に相手を打突する競技で、身体接触を伴うため、衝突・転倒による頭部打撲や捻挫などの危険性がある。 ・体育館で行う場合、床金具などにより足の裏や指・爪を痛める可能性がある。 ・裸足で練習するため足裏の傷から菌が入る可能性がある。 ・踏み込みによる踵部、足底部部の疼痛、足底筋膜炎、アキレス腱断裂の危険性がある。 ・竹刀打突による打撲、裂傷、鼓膜損傷の危険がある。
事故防止対策	・常に練習場所の床を点検し、破損箇所はラインテープ等で補強する。また、床金具等もテープで塞ぎ事故防止に努める。 ・裸足で活動する場所は、練習前に掃除をし清潔に保つ。 ・準備運動をする際、特に、下腿三頭筋やアキレス腱のストレッチを十分行う。 ・練習前に県道具・竹刀の点検を行い、正しく使用する。
県内の取り組み事例	・衝突転倒による頭部・頸部損傷や、足関節の捻挫を防止するため、懸かり稽古など前後左右への動きが多い練習では、スペースを十分確保し、他の選手と衝突しないよう配慮する。また、引き技の練習など後方へ下がる場合はお互いの動きの方向を統一し元立ちや見ている者に注意させ、自己を未然に防ぐ。

(6) 卓球

予想される危険	・隣の台の生徒やダブルスのプレーによる生徒同士の接触等による負傷 ・給水不足による熱中症や脱水症状 ・ストレッチやウォーミングアップ不足等による負傷 ・設備や用具の不備による負傷
事故防止対策	・適度な水分補給の機会確保 ・活動前の体調把握 ・活動前の周囲の安全確認 ・十分な準備運動とストレッチ ・指導者の応急処置手順や、指導者不在時の生徒への緊急時の対応確認の徹底 ・定期的な施設・用具の安全点検の徹底

県内の取り組み事例	・卓球台と台の距離をとり接触による負傷を防ぐ。
-----------	---

(7) 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・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。
県内の取り組み事例	・矢取りは声と目で安全確認をした上に、赤旗や警告灯をつけてから入る。 ・巻き藁から外れた矢が跳ね返らないように後ろに畳やネットを設置する。 ・道場では私語を慎み、挨拶や矢取りの声はしっかり出す。 ・傷のある弓や矢を使わない。 ・射位とその間隔を守り、極端に狭いところで行射をしない。 ・校庭と射場をネットや柵で区切り、他部の生徒が射場に入ることを防ぐと同時に他部のボール等の進入を防ぐ。

(8) ウェイトリフティング

予想される危険	・競技者がバーベルを挙上中、バランスを崩しバーベルが傾いた場合、バーベルからウエイトディスクが滑り落ち落下する危険がある。 ・バーベル落下範囲にや障害物があった場合、意図しない方向へ跳ね返る危険性がある。 ・高重量を扱っての失敗時、補助者や救助する者がいない場合危険である。
事故防止対策	・バーベルからウエイトディスクが滑り落ちそうな場合カラーを装着する。 ・練習施設での挙上時周囲(バーベル落下範囲)に人、障害物(ウエイトディスク等)がないことを確認する。 ・高重量を扱う際、一人で行わない。(補助者等を配置する)

学校外の施設を利用する場合

	【その他・自転車での移動】 ・交通ルール、交通マナーの厳守。 ・自転車には所定のステッカーを貼る。 ・防犯登録・自転車保険への加入。
--	---

学校施設の共用に関して

グラウンド	・仕切りネット、ゲージ等の使用 ・活動時間の調整
体育館	・仕切りネットの使用 ・使用した用具の整理整頓
柔道剣道場	・仕切りネットの使用 ・使用した用具の整理整頓

ヒヤリハット事例

<バスケットボール> ・選手同士の強い接触があった。 ・空中での接触により、体勢を崩して床に落ちる。 <バレーボール> ・着地した際に、ボールに乗りかける。 ・頭部にボールが直撃した。 ・オーバーハンドパスやブロックで突き指をした。 ・スパイクしたボールが顔面に当たった。 <卓球> ・スマッシュで体制が崩れた際、卓球台角へ接触しそうになった。 <バドミントン> ・コート付近に密集したしてしまった場合に、他の生徒と衝突あるいはラケットの接触が起こってしまう。 <剣道> ・道場の狭い空間で複数組同時に練習を行った際、生徒同士が後ろ向きで接触しそうになることがある。 ・防具を着けているため、夏場は熱中症の危険が常に考えられる。 <弓道> ・射手の技術不足により、弓を引く際に弦から矢が外れて、違う方向に飛ぶ場合がある。 <硬式野球> ・イレギュラーバウンドが顔や体に当たった。 ・防球ネットからボールがすり抜けた。
