

運動部活動における安全対策について

岩手県立不来方高等学校

(令和6年9月)

運動部活動における安全対策マニュアル

岩手県立不来方高等学校

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動は、学習指導要領の総則において教育課程との関連により行われる学校教育の一環として明確に位置付けられており、スポーツや文化芸術等に親しみ、学習意欲の向上や自己肯定感、責任感、連帯感の涵養等、生徒の多様な学びの場として、大きな意義をもつ活動です。

本校では、全校生徒の約 60%が運動部活動に所属しており、それぞれの目的や目標を持ち意欲的に活動しています。このような中、生徒が安心してスポーツに打ち込むことの出来る安全管理体制のとれた環境づくりは極めて重要であり、本校では、部活動を安全に行うための安全対策マニュアルを作成することといたしました。危機管理意識を高め、より充実した安全管理体制を構築するとともに、従来からの安全対策を再確認し、安心して安全な部活動を行います。

I 部活動における事故防止と安全管理

1 運動部活動に内在する危険性

学校における部活動は、運動やスポーツを通して、生徒の健全な心身の調和的な発達を図るという重要な役割と意義がある一方で、けがや故障が伴うこともあり、生徒の発育・発達の状況や練習内容・方法、練習場等の施設・設備、天候・自然環境など、様々な要因によって大きな事故や偶発的な事故につながる可能性を常に有しています。運動部活動においては、各競技種目にはどのような危険性があり、それを防ぐためにはどのようなルールや練習の約束事があり、練習内容・方法に制限を加えなければならないということを顧問・生徒ともに理解する必要があります。

2 学校における安全管理体制の構築

学校教育の一環として、生徒の自主的、自発的な参加により行われる運動部活動については、全教職員の共通理解・協力体制の下、安全管理体制を構築した上で行われることが重要です。職員会議等において、全教職員が運動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教職員間の情報共有など、組織的に取り組まなければなりません。また、緊急時における心肺蘇生やAED、エピペン等の救急対応を学ぶ校内研修を実施し、十分な知識や技能を備え、事故発生時の対応力を高めることも重要です。

【重点項目】

- 本校の部活動方針の理解
- 運動部活動における安全対策マニュアル等の整備
- 救急法・AEDなど職員研修の実施

3 事故防止のための安全に配慮した適切な指導

顧問等は、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、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が重要です。顧問等は、指導する種目にどのような危険が内在するかの確に予見し、事故回避のために適切な措置をとることが要求されるだけでなく、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も求められます。また、部活動は、顧問立ち会いの下に行うことが原則ですが、校務等の諸事情により不在となる場合は、練習を中止させるか、顧問以外の教員を立ち合わせて行い、他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、危険を伴わない練習とし、書面等で練習内容や練習方法を具体的に指示した上で行う必要があります。

【重点項目】

- 生徒の健康観察
- 生徒の健康状態を把握
- 個人の能力に十分配慮した練習計画・指導
- 顧問不在時の対応、他の部顧問との連携
- 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）

4 日常の活動時に潜む危険性（複数の部活動が施設を共用する際の留意点）

日常の部活動では、学校の基本方針の下、活動時間や活動場所が定められ、練習内容・方法も固定化される傾向があります。また、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ります。そこで、練習場所を防護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ります。また、複数の部が施設を共用する場合は、各部でルールや約束事、禁止事項や活動の制限事項などについて、事前に話し合う機会を設け、決定事項を明文化して周知・徹底を図ります。

【重点項目】

- 同一場所で複数部活動が活動する場合、練習場所の分けや時間帯をずらして実施
- 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
- ヒヤリハット事例の情報共有

5 施設・設備・用具等の安全点検と安全指導

学校施設・設備・用具等は、生徒が安心して学習に取り組むことができるように毎月実施している安全点検等で点検・整備されていますが、毎日の教育活動に使用されることにより通常行わ

れる教育活動に支障がある場合や危険性が予測されるような場合には、速やかに改善する必要があります。体育館やグラウンド等での活動は、学校特有の環境や条件の中で工夫して行われる必要があります。運動部活動は、そうした教育施設・設備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、活動に当たっては、顧問と生徒が共に施設・設備の安全確認を行うことが大切です。活動内容・方法においては、一定の禁止事項や制限事項が必要となります。運動やスポーツは、施設・設備及び用具そのものが事故を起こすわけではなく、使用者・管理者が適切に使用しなかったり、点検や確認を怠ったりすることが事故の要因となっていることを再認識し、定期的な安全確認・点検を徹底することが極めて重要です。

【重点項目】

- 定期的に点検日を設ける
- 使用前に活動場所、用具の点検を生徒にも実施させる（床のささくれ、マットの隙間、サッカーゴール等の固定、防球ネット破損、支柱ネジ緩み等）
- 照明器具による活動場所の照度の状況

6 事故発生時における救護体制および応急手当

安全面に配慮した計画や安全確認を行い、日頃から事故の未然防止に努めていたとしても、万が一、事故が発生した場合には、適切な応急手当を施し、傷病者を速やかに医療機関に搬送する手立てを講じることや二次被害を食い止めるなど、事故による被害を最小限にとどめるよう努めなければなりません。学校において重大事故が発生した場合には、事故発生直後から周囲の安全確認を行った後に負傷者の反応の有無を確認します。反応がない場合は、速やかに 119 番通報により救急隊を要請し、指示に従うと同時に近くの教職員又は生徒に AED を依頼することが必要です。次に呼吸の有無を確認し、呼吸がない場合は、速やかに AED の使用と連動させた心肺蘇生法などによる救命手当を開始する必要があります。救急隊に引き継ぐまでは、傷病者の呼吸や反応が認められるまで続けることが大切です。また、負傷者以外の生徒の安全確保や家庭への連絡を行うために、速やかに現有の教職員を総動員して校内体制を整え事態に対応しなければなりません。本校においては、既に災害発生時の対応を含めた危機管理体制マニュアルが整備されていますが、実際の場面でマニュアルを基にした機動的・組織的な対応を行うためには、全教職員が校内救護体制を認識し、日頃からの訓練や定期点検を怠らないように努めなければなりません。

【重点項目】

- 運動部活動における安全対策マニュアル等の整備
- 救急法・AED など職員研修の実施
- 顧問不在時、他の部顧問との連携

7 自然的条件への配慮（熱中症の予防と対策等）

活動を行う時期や場所によっては、気象条件による事故が発生することがあります。高温・多湿下で起こりやすい熱中症や落雷や暴風等への対応にも常に配慮し、安全管理に努めることが大切です。学校管理下における熱中症事故は、ほとんどが体育・スポーツ活動によるもので、それほど高くない気温（25～30℃）でも湿度が高い場合に発生しています。熱中症の発生には、気温・湿度・風速・輻射熱（直射日光など）が関係しているため、同じ気温でも湿度が高いと危険性が高くなり、また、運動強度が強いほど熱の発生も多くなり、熱中症の危険性も高まります。運動時における熱中症は、正しい知識を持ち、適切な予防措置を行うことで防ぐことができます。活動場所に温度計や湿度計を設置したり、暑さ指数（WBGT）を活用したりしながら環境条件を把握し、練習内容や練習方法、水分補給などに配慮しながら、熱中症の予防に努めることが重要です。顧問は生徒の心身の体調や疲労の度合いにも十分な注意を払い、生徒自身にも心身に不調を感じたら、申し出るように習慣付けて、無理をさせないようにする必要があります。屋外の部活動においては、落雷や暴風等の気象状況への対策も重要です。発生時には速やかに中断し、安全な場所へ避難することが求められるため、事前に気象庁等からの情報収集を行い、発生した場合の対応を想定しておかなければなりません。発生時の対応については、活動の中止決定の手順、避難場所、避難方法や誘導手順等を明確にし、生徒にも事前に指導しておくことが大切です。

【重点項目】

- 活動時の気象に留意し、活動するか中止するかなどの的確な判断

8 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。

(5) 熱中症予防

- 夏季などの練習では帽子などで直射日光を防ぐ手段がなされているか。
- 適切なタイミングで水分や塩分の補給、休憩が行われているか。
- 選手の技術・体力以上の練習、練習量が過度になっていないか。
- 夏季の練習時間を比較的涼しい時間帯に設定できているか。
- 熱中症対策について、部員全員に周知しているか。
- 体調が悪い時、気兼ねなく練習を休める雰囲気であるか。
- 会場が常に換気できる状態に保たれているか。
- アイスパックなど身体を冷却できる準備は整っているか。
- 通気性の良い服装をしているか。

9 安全対策のポイント

【陸上競技】

- ・他の競技・種目等と時間帯や活動場所を分ける。
- ・疾走後に方向を変える（レーンを横断する）時は、必ず前後左右を確認してから行動する。
- ・走者は「○○レーン走ります」等の周知を行い、安全を確認した上で疾走を開始する。
- ・グラウンドの整備状況に目を配り、不整地はこまめにならし怪我等を未然に防ぐ。
- ・冬季の暗い時間帯は反射帯等を装備するなど、お互いの存在を気付きやすくする。

・砂場の整地や走高跳・棒高跳用マット、支柱、バーの設置を行った後、適正にできたかどうか複数人で確認する。

・投てき者は確実に周囲の安全を確認し、大声で「投げます」等と周知し、必ず自ら前方と周囲の者の反応を確認する。すべて安全が確認できた時に投てき動作に入る。

・投てき用の囲いや防護ネットが適正な位置に正しく設置されているか複数人で確認する。

・棒高跳のポールについては、劣化による亀裂や破損などがないか、入念に点検する。

・通常使用している重さと異なる重さの投てき物を練習で使用する場合、通常よりもより広い活動場所を確保し、確実に安全を確保した上で投げる。

・スタート練習等、自分だけでなく練習仲間と声を掛け合うなど、複数で前方の安全を確認する。

・跳躍動作に入る前に、マット・砂場に人がいないことを必ず確認してから動作に入る。仲間と声を掛け合いながら、安全確認する。

・投てき種目においては、後ろ向きの準備局面から投動作に入る場合、直前に必ず前方確認するとともに、練習仲間と声を掛け合うなど、複数で前方の安全を確認する。

・回転系の動作を行う種目の場合、投てきエリアを広く確保する。

・投てき練習を実施する場合、投てきエリアに生徒が絶対入らないようにコーン等で区分けする。

・投てき練習中に限らず、共用している部活動同士が活動中に、事故が起きそうな危険を察知した場合には、声を掛け合い、事故を未然に防止する。必要に応じて、練習を一旦止めるなど、必ず確認し合えるよう工夫する。

==ヒヤリハット事例==

○円盤投の練習中、投てき物が大きく軌道を逸れ、長距離練習中の生徒にぶつかりそうになった。

○スターティングブロックを使用してのスタート練習中、レーンを横切った生徒と接触しそうになった。

【水泳】

・健康状態の把握や練習環境を確認し、体調不良や水温・気温の低い場合、活動を控える。

・プールサイドの破損やスリップによる事故が考えられる。

・レーンロープフロートの破損やフックのカバーの不備により、身体の擦過傷等の危険性がある。

・排水溝の鉄蓋や留めネジの不備による事故が発生する危険性がある。

・監視体制・救助用具の準備を必ず行う。

・泳ぐ方向の不統一による衝突事故が考えられる。

・練習用具使用時（パドル等）や練習用具の不具合がないよう点検をする。

・準備運動不足やオーバーワークによる怪我、事故の防止を徹底する。

・定期的な施設・設備、用具、水質等の管理や安全点検を徹底する。

・安全指導の徹底、救急処置等の啓発を徹底する。

・指導者管理下での活動許可、生徒だけでの使用を禁止する。

==ヒヤリハット事例==

○選手が泳いでいたところに、別の選手が誤って飛び込み衝突するところだった。

○背泳ぎの練習中に5mフラッグが見えにくく壁に衝突した。

【 バスケットボール 】

- ・練習中のボールや用具等の整理整頓を徹底する。
- ・消火栓等がある場合には、可能な限り衝撃吸収用のマットで覆う等の対策をする。
- ・電動式ゴールを始動する際には、必ず周りに声を掛け、傍にいる全員をゴールから離れさせてから始動する。また、単独では絶対に設置させない。
- ・湿気等により通常のダッシュやストップ動作ができないような場合は、コートの使用を見送る。
- ・エンドラインと壁との距離が近い場合は、選手が壁に衝突してけがをしたり、壁に沿って敷かれたゴムシートに足をとられたりしないよう、事前に指導しておく。
- ・コートが滑らないよう、こまめにモップ等で床を拭き、給水はコート外でさせる。
- ・パスやシュートが同じ方向となるような安全な練習隊形をつくる。ラバーコーンなどでコースを規制して選手同士の衝突事故を防ぐ。
- ・バスケットリングを掴んでぶら下がる行為を禁止する。
- ・体調不良を感じた際に、選手が指導者に申し出ることができる信頼関係を日頃から築いておく。
- ・他の部活動の練習区域にボールが転がっていかないよう、また、他の運動部のボール等がコートに入ってこないよう防球ネットを設置したり、マネージャー等を適切に配置したりする。

==ヒヤリハット事例==

○ビブスに腕を通さず、首だけを通してゲーム練習に参加していたところ、相手の腕がビブスに絡まり、一瞬、首を絞められた状態になった。

○ディフェンス選手が相手チームのパスをカットした際、勢い余ってコートの外に出てしまい、そこに設置してあった大型扇風機と接触した。

【 バレーボール 】

- ・ネット張りの際の事故に十分留意する。
- ・コート外エリアが十分に確保できない体育館の壁への衝突の危険性がある。
- ・汗でフロアが濡れたことによる転倒が考えられる。
- ・フロアに滑り込んだ際、フロアがささくれ状態になっている危険性がある
- ・他の部活動の飛球等による怪我が考えられる。
- ・複数人でのネット張りを行う。
- ・衝突の可能性があるスペースの都合上、整理できないものについては、クッション材等で覆う。
- ・フロアを使う前に数人でモップ掛け等を行い、複数の目でフロアの状況を確認する。
- ・汗拭き用雑巾・タオルを準備する。
- ・防球ネットを活用する。

==ヒヤリハット事例==

- 片づけをしていた時、誤って支柱を脚の甲に落とし負傷した。
- ネット張り作業中にネット巻き器が跳ね上がり顔面に傷害を負った。

【卓球】

- ・卓球台開閉時の転倒による事故防止を徹底する。
- ・他の部活動の飛球による怪我が考えられる。
- ・ダブルス等による生徒同士の衝突に十分留意する。
- ・卓球台の準備は複数名で行う。
- ・他の部活動との距離を確保する。

==ヒヤリハット事例==

- 汗等により、手から離れたラケットが他競技領域に入り当たりそうになった。
- 他競技のボールが練習場所に入ってきて、そのボールを踏んで転倒した。

【テニス・ソフトテニス】

- ・パートナー同士での声掛けを徹底する。
- ・コート面の損傷の程度によって使用するコートを制限する。
- ・給水時間以外にも臨時的に給水時間を設けて水分補給に努める。
- ・雷鳴が聞こえたり光が見えたりした場合は、直ちに競技を中止して避難する。
- ・常に周囲の状況を確認してラケットを振るように注意を促す。
- ・顧問が、練習場所を広く見渡して危険な場所を確認し指示を出す。
- ・練習内容を理解して、ボールの飛ぶコースに入らないように注意を促す。

==ヒヤリハット事例==

- ネット巻き上げ時にワイヤーが切れ、切れたワイヤーが顔面に当たりそうになった
- 他競技のボールが練習場所に入ってきて、当たりそうになった。

【サッカー】

- ・フェアプレーを遵守し、安全にプレーすることを心掛ける。
- ・スペースが十分な広さを確保するとともに、スペースに応じた練習内容とする。
- ・極端な凸凹や、大きな石などの危険物がないか確認をする。
- ・サッカーゴールはしっかりと固定されており、破損箇所がないか安全を確認する。
- ・コート周辺の障害物はないか安全確認をする。
- ・技能、体力レベルに応じた練習課題であり、練習強度、頻度が適当である。
- ・ボールの管理、場の設定、周囲の障害物等への安全管理に努める。
- ・ゴールキーパーとの接触の危険性を理解させる。
- ・活動場所を共有している他の部活動との間の安全面に問題がないか注意する。
- ・活動場所を共有している他の部顧問と安全管理および対策について話合いの場を持つ。

==ヒヤリハット事例==

- ゴールキーパーは手で、オフense選手は足でボールにプレーする際に衝突した。
- ドリブルで攻める際、相手ディフェンスの選手のタックルでバランスを崩し転倒した。

【 ラグビーフットボール 】

- ・集団でのボール争奪やコンタクトプレーがあるため、個人の基本技術の習得が必要である。
- ・日頃から危険なプレー・動作について強い意識を持たせ正しいプレー・動作の習得を心掛ける。
- ・日常における生徒の健康状態を把握する。
- ・体格・体力やレベル（経験・技術）の差を考慮した練習グループ・内容を設定する。
- ・初心者に対しては、必ず段階的指導を行う。タックル練習では、「静止したターゲット」、「決められた方向へ動くターゲット」、「ランダムに動くターゲット」というように各段階において、安全な姿勢と動作でタックルを“する”“される”ことができるようにする。
- ・コンタクト練習の場面に限らず、ヘッドギア・マウスガード・ショルダーパッド等の装着が、不意の衝突・転倒での負傷を防ぐ。
- ・校庭の状態がコンタクト練習に不向きな場合、マットの利用等が効果的である。

==ヒヤリハット事例==

- 硬式野球部のボールが飛んできて、頭、身体に当たりそうになった。
- スクラムが崩れ、頸部、肩等を痛めた。

【 ハンドボール 】

- ・設備や用具が要因となる怪我の防止を徹底する。
- ・体育館入退場時のボール衝突が考えられる。
- ・ゴール転倒やゴール移動時による怪我等に十分留意する
- ・選手同士のプレー中の接触による怪我の危険性がある。
- ・床や活動場所周辺の不要物の撤去をする。
- ・ゴール移動は、複数名で行い、ゴールの固定と確認を徹底する。
- ・ゴール裏周辺の安全確認を行う。
- ・防球ネットを使用し、練習場所を明確に区分する。
- ・転がっているボールに注意し、シュート後のボールはすぐ拾う。
- ・ゴールキーパーの正面、特に頭部に向けてシュートを打たない。

==ヒヤリハット事例==

- ボールが他の競技エリアに転がり、そのボールを互いに拾う際衝突した。
- 空中でシュート体制に入った時、横から押されて偏り落下し負傷した。

【 バドミントン 】

- ・練習場の床面の整備と点検を徹底する。

- ・支柱ラックの整備不良や支柱の持ち運び時に怪我に留意する。
- ・支柱にネットを張る際及び片付ける際に、支柱の金具に指を挟んだり、金具の締め方が不十分で顔面を負傷することがある。
- ・ラケットの劣化やひび、歪みによる破損、グリップの老朽化によって手から投げられるなどの事故、シューズの劣化によりすべりや引っかかりなどの事故の危険性がある。
- ・不十分な間隔で素振り練習等を行うと接触事故につながる。
- ・選手同士の接触、プレイヤーの打球による事故の可能性がある。
- ・ノック練習やラリーでプレイヤーの打球が至近距離から顔や眼球に当たる危険性がある。

==ヒヤリハット事例==

- ダブルスのパートナー同士で同じタイミングでシャトルを打とうとして、接触しそうになった。
- 落ちたシャトルを集めている生徒の顔付近に飛んできたシャトルが当たった。

【柔道】

- ・基礎体力不足のまま、いきなり高度な練習をすると、負傷する危険がある。
- ・基本的な技術を身に付けずに練習すると、大きなけがを招く恐れがある。
- ・畳の劣化による破損により足裏、足指の裂傷等が起こる危険がある。
- ・夏季の暑熱環境下では、施設に熱がこもりやすく、熱中症になりやすい。
- ・発達段階の高校生においては体格差も考慮した指導が必要である。
- ・一斉指導に加え、生徒一人一人の特性を理解した個別指導も望ましい。また、習熟度合いにより練習計画を複数用意する必要もある。
- ・生徒に適した技術レベルの練習を段階的・計画的に実施する。
- ・基礎体力作り、基本技術の練習を十分に実施してから、徐々にレベルを上げていく。特に対人練習においては、技のコントロール、距離のとり方などを習得してから行う必要がある。
- ・日頃から用具や施設に不備や損傷がないかを確かめる。特に畳においては徹底する。

==ヒヤリハット事例==

- 乱取り練習中、技を掛けた側が頭から畳に突っ込んで倒れた。
- 投げられた側が背部から倒れた際に後頭部を畳に強打した。

【弓道】

- ・矢の長さは長めに作っておき、決して短い矢や他人の矢を使用しない。毎回同じ矢束で引くように練習することも必要である。
- ・巻藁は人が通らないところに設置し、古くなったものは使用しない。巻藁の後ろに矢止めの板や畳を置く。矢を抜く際は、周囲を確認する。
- ・矢取りは射手と矢取りをする人が声を掛け合い確認し、さらに赤旗を出したり、警告灯やブザーを鳴らしたりして、安全を十分確保する。
- ・安土の後方か矢道途中に防矢ネット等、大きく外れた矢を防止する設備を整えておく。

・弓道場と他の競技場所との間にフェンス・コーンなどの仕切りや、「立入禁止」の表示等を明示する。特に、巻藁の前や後を絶対に人が通らないようにする。

- ・道具の調整を怠らない。
- ・初心者はゴム弓、素引き、巻藁、的前のように段階を踏み、指導者の指導無しに行射をしない。
- ・顧問は練習の状況を把握し、危険な行為がないか注意する。

==ヒヤリハット事例==

- 巻き藁練習をしていたところ、練習中の生徒と巻き藁の間を走り抜けようとした生徒がいた。
- 行射中にもかかわらず矢取りに出てしまい当たりそうになった。

【 ホッケー 】

- ・ゴールポストへの衝突が考えられる。
- ・ゴールの転倒による事故や怪我等がないよう十分留意する。
- ・スティックの接触が大きな事故につながるケースがある。
- ・コンタクト練習時の接触による怪我の危険性がある。
- ・ボールが浮きプロテクターを着用していない選手に当たる危険がある。
- ・活動中の部員との意思確認、事前確認、声掛け等の徹底を行う。
- ・他の部活動の状況を確認する。
- ・フィールドの温度上昇を防ぐため、人工芝に頻繁に水をまく
- ・照度が不足した環境では練習を中止する。

==ヒヤリハット事例==

- クレーグラウンドの小石、凹凸により転倒し足首を捻挫した。
- スイング時にスティックが手から離れ、相手の身体に当たった。

【 空手道 】

- ・生徒に適した技術レベルの練習を段階的・計画的に実施する。
- ・対人練習においては、技のコントロール、距離のとり方などをしっかりと習得してから行う。
- ・窓を開けるなど風通しをよくし、熱がこもらないようにする。
- ・日頃から用具や施設に不備や損傷がないかを確認する。特に競技用マットにおいては徹底する。
- ・対人の組手練習時においては、メンホー・ボディープロテクター等を必要に応じて着用させるべきである。マットがない場所での足払いなど投げ技の練習は行わない。
- ・「その場基本」や「移動基本」では、周囲との接触がないように間隔を取る。
- ・形練習は個人及び団体の練習をするが、動作が複雑になるため、怪我等に注意する。基本練習と同様に周囲との間隔を保たせ、接触しないようにする。
- ・組手練習は、練習においても安全具の装着を徹底させる。広いスペースを確保し、有効ポイントとなる定められた体の部位を的確に狙うように指示する。
- ・競技の特性上、素足での練習となるため、常に清掃をしっかりと行いガラス片やごみ等が無い

かを確認し、足下の危険性に十分注意する必要がある。

==ヒヤリハット事例==

- 正しく防具を装着しなかったことにより、怪我をした。
- 体育館等床時での練習において、バドミントン等の支柱につまづき足指や爪を傷つけた。

【 硬式野球 】

- ・注意不足から生じる危険の回避については、常に練習メニューを確認し、お互いに声を掛け合う習慣を付け、決してボールから目を離さないことを徹底する。
- ・フリーバッティングでの打撃投手の事故の回避については、ヘッドギアの着用を遵守し、防球ネットの適切な配置と安全点検を毎練習前に実施する。
- ・グラウンド内の支柱やネット等の近辺でプレーする場合は注意喚起の声を掛ける習慣を作る。
- ・グラウンド外の飛球事故の可能性がある場合は、打撃練習時に天蓋ネットを使用するなどネットの整備に努める。
- ・安全点検や着用が義務付けられている用具については、日頃から適切な使用を厳守し、用具の老朽化や安全用具の不使用による事故を未然に防ぐ。
- ・バッティングマシンやマシン用ボールは定期的に点検し、不備による事故等を防ぐ。
- ・練習内容による事故では、送球、飛球等ボールによるもの、バットや他の選手との接触等が多い。複数のボールを扱う場合は、それぞれのボールの行方に十分注意し、お互いに注意喚起の声を掛け合うことを練習の前提として徹底する。

==ヒヤリハット事例==

- 打球が外野フェンスを越えて他の部活動の生徒に当たりそうになった。
- ファールボールがネットを超え、車に当たりそうになった。

【 カヌー 】

- ・悪天候による増水時の転覆が考えられる。
- ・落雷による事故が考えられる。
- ・猛暑時の熱中症が考えられる。
- ・艇の故障および道具類の故障による事故が考えられる。
- ・乗艇前のチェックリスト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。
- ・乗艇練習の開始から終了まで、必ず2名以上の顧問・部活動指導員等がつくこととする。
- ・炎天下での練習は練習時間に考慮し、防止の着用や水分補給など熱中症対策を十分留意する。
- ・ライフジャケットを確実に着用する。
- ・一人で練習をしない。
- ・艇を一人ではなく複数で運ぶ。
- ・使用する水域の航行ルールを事前に必ず確認する。

==ヒヤリハット事例==

- 乗艇練習中、パドルがぶつかり怪我をした。
- 転覆の際、地面との接触により怪我をした。

【ウエイトトレーニング】

- ・練習場所の未整理、安全具の未装備がないか確認する。
- ・用具の破損や器具の整備不良による事故が考えられる。
- ・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きる事故の危険性がある。
- ・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が考えられる。
- ・使用前の器具、用具の点検を十分に行う。
- ・正しいフォームを身につける。
- ・外したバーベルの整理整頓を行う。
- ・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。
- ・トレーニング時には補助員をつける。
- ・動作時の声出しによる確認と補助をする。

==ヒヤリハット事例==

- バーベルが散乱し、そのバーベルにつまづき転倒し足首を捻挫した。
- 正しいフォームを身につける前に個々の能力以上の重量物を持ち上げたため腰を痛めた。

10 その他

○文部科学省「運動部活動での指導のガイドライン」（平成25年5月）抜粋

〈事故防止、安全確保に注意した指導〉

運動部活動中、顧問の教員は生徒の活動に立ち会い直接指導することが原則ですが、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、予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す。このためにも、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ます。

○「岩手県における学校部活動及び新たな地域クラブ活動の在り方に関する方針」抜粋

（学校部活動の事故防止等）

校長及び部活動顧問は、学校部活動の実施に当たっては、生徒の健康状態の把握に努めるとともに気象情報等に留意し、熱中症の防止等について、適切に対応する。

学校の設置者及び校長は、県教育委員会が運動部活動における事故防止を図ることを目的として令和3年4月に策定した「運動部活動における安全対策について」を参考として、学校の実情に応じた安全対策マニュアルの作成等により、危機管理意識を高め安全管理体制を構築し、安全・安心な学校部活動を行う。

○本校の「部活動に係る活動方針」 抜粋

1 活動の方針
部活動は、生徒の自主的・自発的な参加により行われるものであることを踏まえ、以下の活動方針とする。
(1) 生徒の健康、安全の確保をしながら指導の充実を図る。
(2) 合理的かつ効率的・効果的な部活動を推進する。
(3) 適切な休養日を設定する。
(4) 生徒のニーズを踏まえたスポーツ・文化芸術環境の整備を図る。
2 休養日・活動時間について
(1) 休養日
週1日以上 of 休養日を設け、年平均で週当たり2日以上 of 休養日を設けること。
土曜日・日曜日のいずれかの1日以上を休養日とすることが望ましい。
(2) 活動時間
平日は18時45分までとする。
休日は最大3時間程度とする。(大会・練習試合・合宿を除く)

○「岩手県立学校熱中症対策ガイドライン」暑さ指数(WBGT)に応じた注意事項 抜粋

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外運動中止
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	<ul style="list-style-type: none"> ・激しい運動や体温が上昇しやすい運動は避ける。 ・10 から 20 分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 ・暑さに弱い人は運動を軽減又は中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休憩)	<ul style="list-style-type: none"> ・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。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	<ul style="list-style-type: none"> ・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・塩分補給する
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	<ul style="list-style-type: none"> ・適宜、水分・塩分補給する。