

部活動安全対策マニュアル

令和6年9月
北上翔南高等学校

1 基本的な安全対策の考え方

運動部活動については、部顧問・部活動指導者・外部指導者（以下、指導者という）、生徒が部活動の意義や本校部活動方針を理解するとともに、部活動におけるルールづくりや情報共有など、関わるすべての者の協力体制の下、組織的に取り組むことが重要である。

2 事故防止・安全確保に配慮した適切な指導

- (1) 指導者は、生徒の健康観察を行い、健康状態を把握した上で、個々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。
- (2) 指導者は、無理のない指導計画を立案し、部全体の共通理解の下に活動すること。
- (3) 指導する種目にどのような危険が内在するかを把握し、生徒に対して安全に関する知識や技能を身につけさせ、安全に配慮した活動ができるような指導をすること。
- (4) 指導者は、生徒の活動に立ち会い、直接指導することを原則とするが、やむを得ず直接練習に立ち会えない場合には、他の部の指導者と連携、協力し、あらかじめ指導者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。
- (5) 日常の活動については「部活動日誌」等を活用し、活動内容の把握に努めること。

3 日常の活動に潜む危険性（複数の部活動が施設を共有する際の留意点）

- (1) 同一の場所で複数部活動が活動する際には、練習場所に区分けや時間帯をずらす、活動のルールを明確化するなどの工夫し、関係部活動で連携を取り合うこと。
- (2) 活動時に、危険を感じたような出来事（ヒヤリハット事例）を生徒や指導者間で報告し合い、他の部とも共有すること。

4 施設・設備・用具等の安全点検と安全指導

- (1) 指導者と生徒が共に施設・設備の安全確認を行うことが大切であり、部内で定期的に点検日を設けるなどの工夫をすること。
- (2) 活動前には用具等の安全確認を実施すること（床板のささくれ、サッカーゴール等の固定、防球ネット等の破損、支柱ネジの緩み等）

5 熱中症の予防

- (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。WBGT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運動を行う。こまめに水分を補給したり、頻繁に休憩をとる。
- (2) 暑さに徐々に慣らしていくこと。梅雨明けなど急激に気温が上昇したり、湿度が高くなったりした場合は運動強度を軽くするなど、身体を慣らすことを意識すること。
- (3) 個人の条件を考慮すること。肥満傾向、体力が低い、暑さに慣れていないなど個々の生徒の特性を把握し、運動強度を調整すること。
- (4) 服装に気をつけること。吸湿性や通気性の高い軽装で運動を実施したり、直射日光下では帽子を着用するなど工夫すること。
- (5) 具合が悪くなった場合は、早めに運動を中止し、必要な処置をとること。

【熱中症予防運動指数：スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック参照】

WBGT	対応	詳細
31℃以上	運動は原則中止	WBGT31℃以上では、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。

31～ 28℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	WBGT28℃以上では、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。運動する場合には、頻繁に休息をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さになれていない人は運動中止
28～ 25℃	警戒 (積極的に休息)	WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる
25～ 21℃	注意 (積極的に水分補給)	WBGT21℃以上では、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

6 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(投てき種目)

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・網状の防護ネットには「たわみ」があり、投てき物が当たった場合に1～2mほど伸びるので、ネット間近にいることは危険がある。
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・サークル以外では試技をしない。 ・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。
県内の取組事例	<ul style="list-style-type: none"> ・設備がない場合や活動に支障があるなどの理由で、投てき種目の環境が充実した近隣校や公共施設を利用している。 ・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している。 ・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している。 ・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している。

(2) ウェイトトレーニング

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・練習場所の未整理、安全具の未装備(プレートの左右のバランス確認、プレートが落下しないように留め具でしっかりと固定されているか、ベルトやシューズ、バンテージなど必要な安全具が装着されているか)。 ・用具の破損や器具の整備不良。 ・個々の能力以上による練習、誤ったフォームによる練習。 ・十分な準備運動を怠り、基礎基本の習得が不足。 ・周囲の安全確認、選手同士の声掛け、意思疎通の怠り。
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・使用前の器具、用具の点検を十分に行う。 ・ストレッチ等を練習の前後に必ず行う。

	<ul style="list-style-type: none"> ・軽い重量からウォーミングアップを行う。 ・正しいフォームを身につける。 ・使用する器具の安全確認を怠らない。 ・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。
県内の取組事例	<ul style="list-style-type: none"> ・指導者による監視・指導の下でのみ使用許可。 ・借用届を出し3名以上で使用する。 ・トレーニングには補助員をつける。 ・プレートを落とさないようにストッパーをつける。 ・動作時の声出しによる確認と補助。

(3) 弓道

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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。
県内の取組事例	<ul style="list-style-type: none"> ・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。

(4) サッカー

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・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やボールとの衝突。 ・ストレッチやウォーミングアップ不足等による負傷。 ・雷雨による落雷や負傷。 ・サッカーゴールの転倒による事故。 ・グラウンドの整備不良による負傷。
事故防止	<ul style="list-style-type: none"> ・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）。

対策	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・天候の把握と適切な活動中止の判断。 ・サッカーゴールの固定と使用用具の管理。 ・グラウンドの整備、管理 ・指導者の応急処置手順や緊急時の対応確認。
----	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

(5) 硬式野球

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・バットスイング時に周りの他の選手にぶつかる危険。 ・バッティング練習時、ピッチャーやボール拾いの選手に打球がぶつかる危険。 ・バッティング練習時、フェールゾーンで別の練習をしている選手に打球が当たる。 ・ノック中のイレギュラーバウンドが当たる危険。 ・落ちていたボールを踏み、足を捻る危険。 ・フライ捕球時、外野後方ネットやフェールゾーンのネットに激突する危険。 ・守備時の野手と野手の交錯 ・プレー中における死球などの不慮の怪我。
事故防止対策	<ul style="list-style-type: none"> ・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。 ・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、足下を確認する。 ・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。

(6) バasketボール

予想される危険	<ul style="list-style-type: none"> ・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	<ul style="list-style-type: none"> ・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。

(7) 学校外の施設を利用する活動の場合

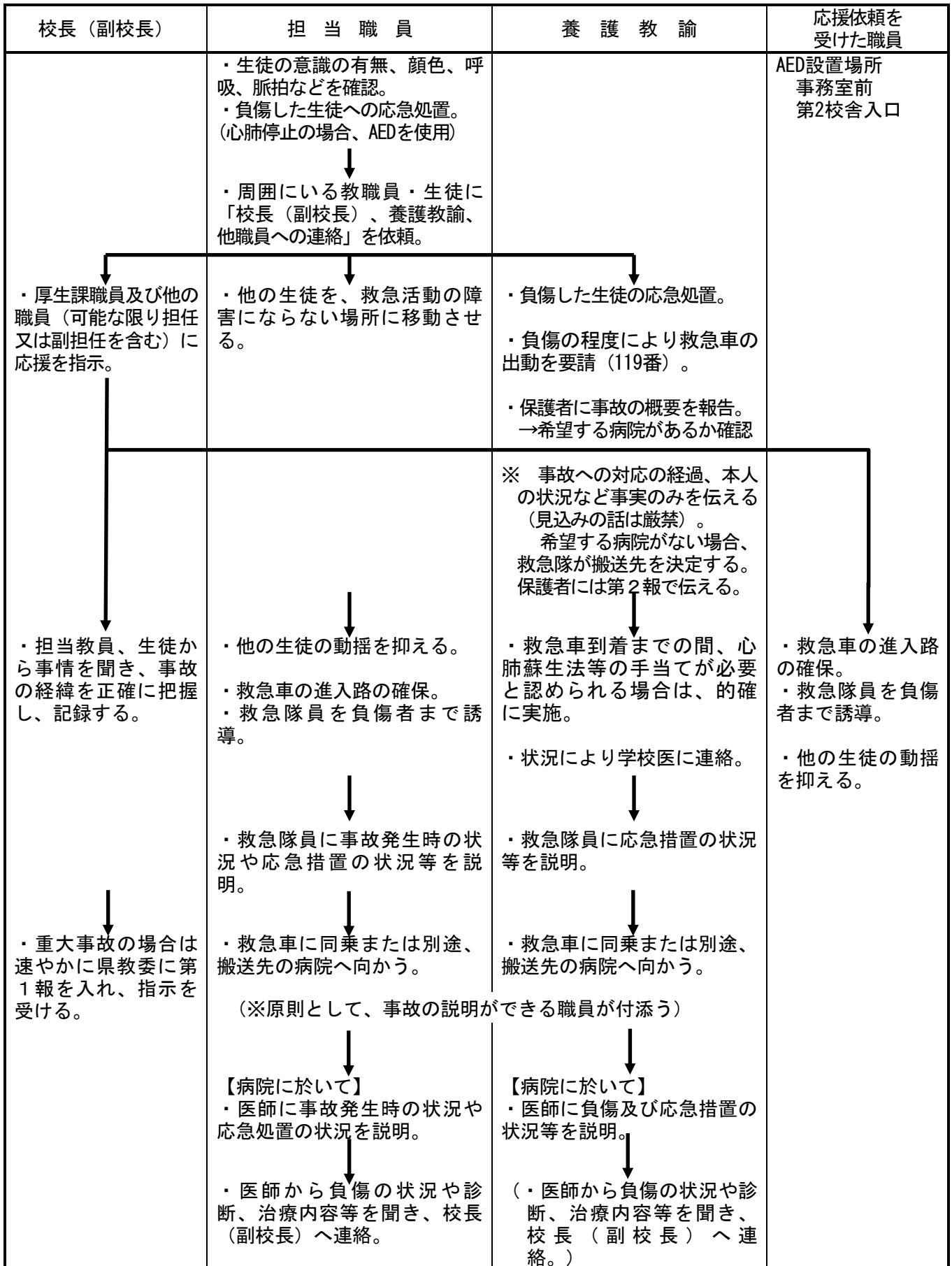
県内の取組事例	<p>【自転車での移動】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・交通ルール、交通マナーの厳守。 ・自転車には所定のステッカーを貼る。 ・防犯登録、自転車保険への加入。
---------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

【参考】部活動における事故防止のためのチェックリスト

<p>1 学校における安全管理体制の構築</p>	<p><input type="checkbox"/>学校の部活動方針について理解しているか。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>連絡通報体制、救急体制は整備されているか。</p> <p><input type="checkbox"/>救助用具が適切に配置されているか。</p> <p><input type="checkbox"/>AEDの使用を含む救急法等の職員及び児童生徒の研修（講習）を実施しているか。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p>
<p>2 事故防止のための安全に配慮した適切な指導</p>	<p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>競技等に適した準備運動や補助を行っているか。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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）</p> <p><input type="checkbox"/>休憩や水分及び塩分補給など、適切に行っているか。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p>
<p>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）</p>	<p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p> <p><input type="checkbox"/>ヒヤリハット事例の情報共有が適切に行われているか。</p>
<p>4 施設・設備・用具等の安全点検と指導</p>	<p><input type="checkbox"/>定期的に点検を実施しているか。</p> <p><input type="checkbox"/>活動場所に危険物を置いていないか。</p> <p><input type="checkbox"/>用具・器具等が正しく設置されているか。破損はないか。</p> <p><input type="checkbox"/>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。</p>

事故対応のフローチャート

●危機発生時の対応



● 救急時の医療機関

① 救急車 119番

診療科目	病院名	電話番号	住所	
総合	高度救命救急センター（医大）	019-613-7111	紫波郡矢巾町医大通2-1-1	
総合	岩手県立中央病院	019-653-1151	盛岡市上田1-4-1	
総合	盛岡赤十字病院	019-637-3111	盛岡市三本柳6-1-1	
総合	岩手県立中部病院	71-1511	北上市村崎野17-10	
学校医等	内科	北上済生会病院（小川純一）	64-7722	北上市花園町1-6-8
	耳鼻科	山内耳鼻咽喉科医院	63-8833	北上市諏訪町1-4-45
	眼科	岩手県立中部病院（山下あさひ）	71-1511	北上市村崎野17-10
	歯科	とも歯科クリニック	64-1601	北上市本通り1-5-11
	薬剤師	さわやか薬局（大松宏貴）	65-5000	北上市立花10-48-7
内科	いしかわ内科クリニック	67-2288	北上市大堤南1-1-25	
	千田クリニック	71-2455	北上市大堤北1-5-8	
外科・整形外科	大内整形外科医院	63-7230	北上市本通り4-12-10	
	菅整形外科医院	77-5110	北上市上江釣子16-51-2	
	斎藤整形外科医院	65-3441	北上市諏訪町2-6-41	
脳神経外科	松浦脳神経外科医院	65-2332	北上市常盤台1-21-10	
	いわぶち脳神経外科クリニック	65-3661	北上市さくら通り2-2-25	
眼科	大内眼科クリニック	64-0100	北上市柳原町4-17-39	
	鈴木眼科北上	65-1771	北上市大通り4-3-6	
耳鼻科	ささもり耳鼻咽喉科医院	64-6644	北上市柳原町3-11-16	
	みずかわ耳鼻咽喉科医院	72-6760	北上市上江釣子15-213	
皮膚科	大野皮膚科医院	64-6003	北上市大曲町1-2	
	前田皮膚科医院	64-0770	北上市新穀町2-1-17	
泌尿器科	きたかみ腎クリニック	61-5700	北上市柳原町4-15-9	
	たまだ江釣子クリニック	77-5656	北上市上江釣子16-129-1	
精神科	なるいクリニック内科神経科	64-1022	北上市柳原町1-1-41	
	花北病院	66-2311	北上市村崎野16-89-1	

● 危機収束後の対応

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はかる。

② 支援・援助

- ・ 校長（副校長）と関係職員は、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、日本スポーツ振興センター等の手続き、治療費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、事故の経緯を説明し、混乱を招かないよう配慮する。

③ 心のケア

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、スクールカウンセラー等の専門家との連携をはかりながら、心のケアを行う。

④ 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

事故報告書を県教育委員会へ提出する。

● 危機の予防対策

① 安全面に十分配慮しながら、生徒の実態に即した指導計画を立てる。

② 生徒が常に安全に注意して活動する能力、態度及び習慣を身につけさせる。

③ 事故が発生した場合に備え、迅速な対応のしかたを心得ておく。連絡体制、役割分担を定め、全員が理解しておくとともに、「危機管理マニュアル」を掲示し、確実に対応できるようにしておく。

④ 心肺蘇生法の訓練などにより、応急手当について、教職員が実践できるようにする。