

# 眼の事故防止のポイント

## 眼の事故防止の10か条

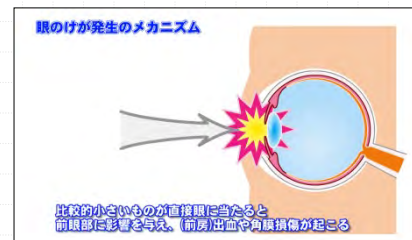
（「スポーツ事故防止対策協議会」作成）  
眼のけがに対する心構え、対処法を示した事故防止のポイントです。

- 1) 体育活動中における事故で、眼の障害が『障害全体の中で最も多い』ことを認識する。
- 2) ヒヤリ・ハットを含めて過去の事故事例を知り、事故発生の要因を分析して、それに基づき有効な対策をとる。
- 3) 既往症や健康状態の把握や管理を行う。
- 4) 児童生徒の視力や治療の有無、常用点眼薬の有無、コンタクトレンズの使用状況について、確認する。
- 5) 児童生徒相互の体格、体力、技能に応じた練習内容や場の設定に十分に配慮する。
- 6) グラウンドの整備をするなど、練習開始時に必ず設備や用具の点検を行い、ネット等に破損、破れがないか確認する。
- 7) ネットのフレームに緩衝材の敷設が望ましい。
- 8) 競技への集中力を徹底させる。
- 9) 危険な行為や、どのような場面でけがが起こりやすいかということ、ルールも含めて繰り返し安全指導し、とっさの場合の危険からの回避能力を身につけさせ、危険なプレーや無理なプレーを控えるよう指導する。
- 10) 他の部活動とグラウンドを共有する際は、相互に練習内容を工夫し、十分な間隔をとる。

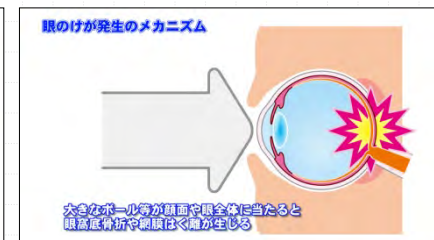


## 眼のけが発生のメカニズム

眼にものが当たってけがをした場合は、当たったものの大きさによって、ダメージを受ける部分や症状の出るタイミングが異なります。



シャトルのような小さいものが当たった場合



バスケットボールのような大きいものが当たった場合

くわしくは

映像資料DVD「スポーツ活動中の眼の事故防止と発生時の対応」  
をご覧ください。

### 参考資料

（学校安全Webからダウンロードできます！）



参考：平成28年度スポーツ庁委託事業 スポーツ事故防止対策推進事業『学校でのスポーツ事故を防ぐために 成果報告書』、映像資料DVD「スポーツ活動中の眼の事故防止と発生時の対応」

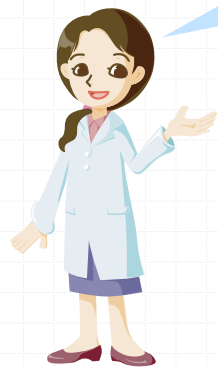
# もし眼にもものが当たってしまったら…?

## 事故発生時の対応

- ✓ 眼を無理に開かせない。
- ✓ 強く押さえない。
- ✓ 外傷部分に異物が入らないように覆う。
- ✓ 眼と眼の周辺を清潔に保つ。
- ✓ 化学物質が眼に入った場合は、十分に洗い流す。

眼のけがは、痛みが強くなくても重症となる場合があります。また、けがをした直後は痛くなくても、帰宅後や数日後に異常が現れる場合もあります。経過観察や容態を聞くなどし、異変※が起きていないかを確認しましょう!

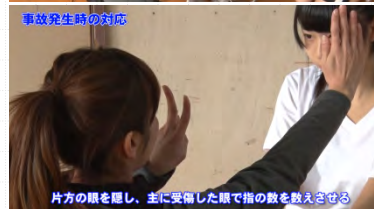
※「糸くずのようなものが飛んで見える」「ぼやける」「一部が見えなくなる」等



## 対応のポイント



① 眼を濡れタオルで冷やすことは、障害部位の炎症を少なくするのに有効です。



② 眼が開けられ、見える場合は、「ぼやける」「二重に見える」等の異常がないかを確認します。



具体的には、受傷していないほうの眼を隠し、指の数を数えさせたり、両目で上下左右にものを見たときに、1つのものが2つに見えないかを確認するとよいでしょう。



③ ペンライトがある場合には、受傷していないほうの眼と比べて異常がないかを確認します。



④ 事故発生時の情報を、できればメモ等で残し、眼科受診時に持参しましょう。

参考：平成28年度スポーツ庁委託事業 スポーツ事故防止対策推進事業『学校でのスポーツ事故を防ぐために 成果報告書』、映像資料DVD「スポーツ活動中の眼の事故防止と発生時の対応」