

# 運動部活動での事故を防ぐために

～みんなでできることを考えよう～

運動部活動中の事故で、身体に障害が残ってスポーツができなくなったり、命を落としてしまうことも…。安全に部活動ができるよう、どんな事故が起きたかを把握し、みんなで事故を予防しよう！

## 仲間と勢いよくぶつかった！

野球部の試合中、セカンドを守っており、ファースト後方のファウルフライを捕ろうとしたところ、同じくフライを捕ろうとしたファーストを守っていた他の生徒と衝突した。本生徒の歯とファーストの生徒の頭が当たり、歯が抜け落ち口から出血した。  
【高3・男・歯牙障害】



## チームプレーを考えよう！

- 思いがけないところで仲間とぶつかるかも…。  
声を出して自分が捕る・レシーブするとアピールしよう！
- チームメイトの身体、ボールやシャトルがぶつかったら、すぐに保健室へ!!  
「大丈夫」は「大丈夫じゃない」

オーライ！



CHECK!

〈映像資料〉  
「スポーツ活動中の歯・口のけがの防止と応急処置」



動画を観て、どうやって応急手当てをすればいいか確認しよう!!

## どうする…?目の前でチームメイトが突然倒れた！

陸上競技部の朝練習中、体操・ストレッチをした後、グラウンドの外周を軽くジョギングしていた。荒い息で調子が悪そうに歩いているところに、後ろから走ってきた他の生徒が声を掛け、追い抜いた直後に倒れた。駆け付けた教員が胸骨圧迫及びAEDによる除細動を行った。救急車で病院に搬送され、後日ICD\*植込み手術を行った。  
【高2・男・胸腹部臓器障害】

\* ICD：植込み型除細動器



## 心肺蘇生って、どうすればいいの？

- たった1分の遅れが仲間の命を左右する  
AEDがどこにあるか、覚えておこう！



AED



〈映像資料〉

「運命の5分間 その時あなたは～突然死を防ぐために～」

CHECK!



動画を観て、どうやって応急手当てをすればいいか確認しよう!!  
事故発生からAEDの場所、運搬の流れを実際にやってみよう!

## ゴールポストはすぐに倒れる！

4限目の体育の授業中サッカーをしていた。本生徒がゴールポストにぶら下がったところ、ゴールポストが倒れこんできて、顎と首が挟まれた状態で下敷きになった。救急処置を行い、病院に搬送するが、意識不明のまま、数日後に死亡した。  
【高3・男】



CHECK!

ゴールポストの転倒実験の様子>



## どうすれば倒れない？もし倒れたら？

- 固定していないゴールポストは風が吹いただけでも倒れる  
重りや杭でしっかり固定!
- 絶対にぶら下がらない! ゆずらない!
- チームメイトが巻き込まれたら、  
すぐに顧問の先生や指導者の方に伝えて119番!



119!!



事故でスポーツができなくなるだけでなく、普段のくらしさえも不自由になるかも…。  
「今日は体の調子が悪いかも…」って思ったら、無理をしないことも大切だね!



## 事故防止のための動画を見てみよう！



万が一のために、動画で知識を持っておこう!

〈映像資料〉



参考資料：学校事故事例検索データベース、スポーツ庁委託事業 スポーツ事故防止ハンドブック/スポーツ事故対応ハンドブック、映像資料(DVD) スポーツ庁委託事業「学校でのスポーツ事故を防ぐために」、平成29年度スポーツ庁委託事業 学校における体育活動での事故防止対策推進事業「ゴール等の転倒による事故防止対策について」、課外指導における事故防止対策 調査研究報告書

**HP SC** JAPAN HIGH PERFORMANCE SPORT CENTER

ハイパフォーマンススポーツセンター (HPSC) のウェブサイトで、  
トップアスリートも実践しているエクササイズを見てみよう!  
「トレーニングエクササイズ(オリ・パラ)一覧」

