## 【５】　体育活動中の事故防止について

体育活動においては，無理のない指導計画のもと，日頃から児童生徒への十分な健康観察と健康管理を実施し，常に事故防止に努め，安全で適切な指導・運営がなされなければならない。

また，危険を予測し安全に行動できる能力を培うために，児童生徒の実態に応じた健康・安全に対する知識や実践力の育成が重要である。

更に，各学校においては，施設・設備や用具の安全点検の徹底などにも配慮するとともに，学校事故防止チェックシートを作成し，事故防止に努めなければならない。

なお，日本スポーツ振興センター災害共済給付事業部の調査(令和６年度千葉県)によると，本県の体育活動中の災害発生状況等は，下表のとおりである。

【令和６年度千葉県場合別災害発生状況】　日本スポーツ振興センター災害共済給付事業部調査

| 場合別 | 小学校 | 中学校 | 高等学校 | 合　計 |
|---|---|---|---|---|
| 教科指導体育（保健体育） | 3,186 | 3,249 | 2,156 | 8,591 |
| 特別活動（体育的クラブ活動） | 134 | — | — | 134 |
| 学校行事（運動会・球技大会等） | 113 | 241 | 277 | 631 |
| 課外指導（体育的部活動） | 392 | 6,108 | 4,769 | 11,269 |
| 合　　計 | 3,825 | 9,598 | 7,202 | 20,625 |

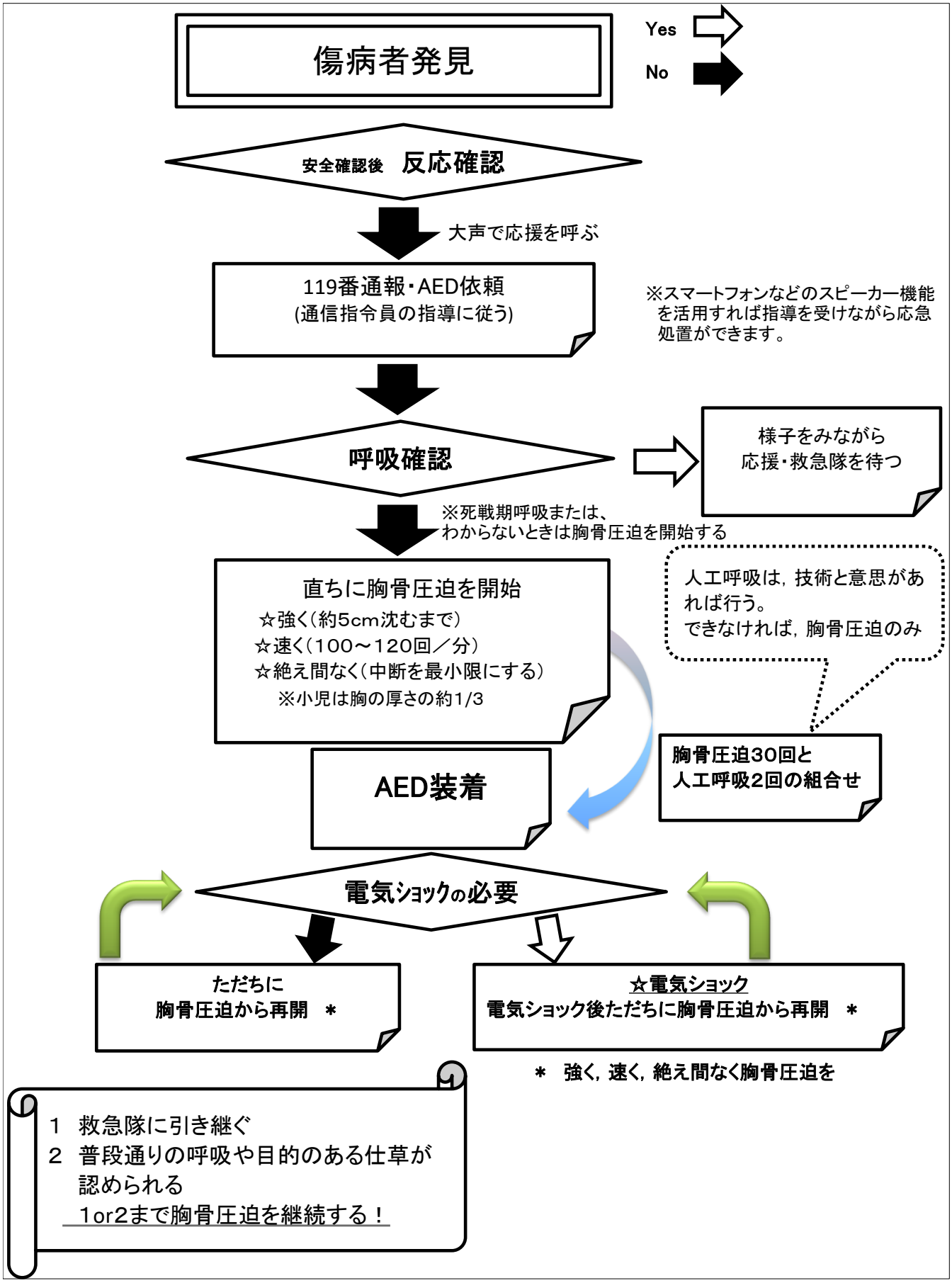
体育活動中の災害発生状況は，教科指導中及び課外指導中における災害発生が各校種ともほとんどを占めている。小学校については教科指導中の災害発生が８３．３％を占めているが，中学校，高等学校においては課外指導中（体育的部活動中）の災害発生が中学校で６３．６％，高等学校で６６．２％といずれも３分の２程度を占めている。各学校では，体育（保健体育）及び体育的部活動の指導の中で安全に関する指導を明確に位置付けることはもとより，事故発生時の救急体制（応急処置・連絡体制の参考例参照）の確立や，児童生徒の安全確保に対する緊急対応マニュアルを作成し，全職員への周知・徹底をすることが必要である。

また，千葉県・千葉県教育委員会が策定した「地域全体で子どもたちを育てる学校部活動及び地域クラブ活動の在り方に関するガイドライン」（令和８年４月改訂予定：名称決定後に修正）や各通知文の「学校における体育活動に伴う事故防止について」，「学校管理下における事故防止の徹底について」等の学校体育関係通知を参照し，体育活動中の事故防止に万全を期していただきたい。

※　ＡＥＤを設置している学校は，緊急時に正しく使用するための講習会を実施するとともに，定期点検を行い，バッテリーや電極パッド等の適切な管理をお願いしたい。また，「救急蘇生法の指針　２０１５（厚生労働省）」のガイドライン等を参考に応急処置マニュアルを作成し，職員への周知・徹底をすることが必要である。

【学校事故防止チェックシート】　【部活動に関するガイドライン】　【通知文等】

一次救命処置（BLS）の手順



# 頭や首のケガ（頭頚部外傷）に対する救急対応

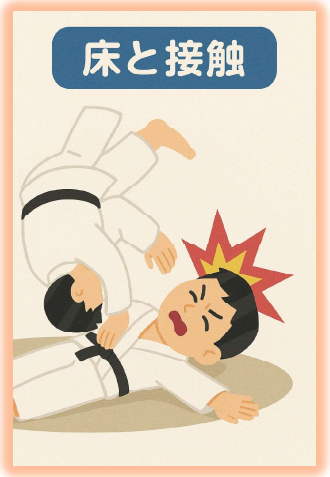
## ● **頭頚部外傷**とは

頭頚部外傷とは、頭や頚部に何らかの外力が加わることによる頭部・頚部のケガの総称です。頭部であれば頭皮・頭蓋骨・脳に、頚部であれば頚椎や頚髄に損傷があることを指します。

脳振盪は、頻度の高い頭頚部外傷の一つであり、頭部に明らかな損傷はないものの「医学的には脳に一時的な機能障害が起こった状態」で吐き気・頭痛・意識消失などの症状が発生した状態です。

## ● **頭頚部外傷**が起こりやすい**シチュエーション**

（例：サッカーでの衝突）




（例：転倒時の頭部打撲）

（例：ボールや道具の直撃）

## ● **頭頚部外傷**が発生した場合の**注意事項**

Check! 頭部を強く打って倒れた場合は**「頭頚部外傷の症状を確認するまで動かさない」**ことが原則です。症状を確認して動かしても問題がないことを評価してから安全な場所へ移動しましょう。そして、症状がある場合は、頭部を固定したまま１１９番通報をして救急隊の指示を仰ぎましょう

Check! 頭頚部外傷によって生じる意識障害は受傷から24時間以内に症状が発生・悪化する可能性があります。「**必ず1人きりにせずに経過観察**」し、症状の悪化がみられたら速やかに医療機関を受診するようにしましょう

Check! 頭を打ったら**「脳振盪の１０の徴候」**をチェックしましょう

1.意識消失（一瞬でも） 2.倒れて動かない 3.受け答えが適切でない
4.フラフラしている 5.動きが遅い 6.周囲や場所がわからない
7.頭痛・めまい・吐き気 8.混乱している 9.うつろな表情
１０．衝撃を受けた前後のことが思い出せない

Check! 受傷したら必ず**「保護者の連絡と専門医療機関（脳神経外科）の受診」**

# 頭や首のケガ（頭頸部外傷）発生時のフローチャート

**頭頸部外傷発生**

対　応

判　断

（仰向け時の固定）

（うつ伏せ時の固定）

**頭部を固定する**

**協力者の要請**

**開眼して**
○：いる ×：いない
**話すことが**
○：できる ×：できない
**発作やけいれん**
○：なし ×：あり
**嘔吐**
○：なし ×：あり

**頭部を固定して**
**反応・意識の確認**

×がある場合 → 頭部を固定したまま １１９番通報 AED手配

○の場合

**力が**
○：入る ×：入らない
**触られた感覚が**
○：ある ×：ない
**手足のしびれが**
○：ない ×：あり

**頸部のチェック**
**（神経・運動機能の確認）**

×がある場合 → 頭部を固定したまま １１９番通報 AED手配

○の場合

**補助しながら**
**安全な場所へ移動**

○の場合

**意識消失**
○：なし ×：あり
**ふらつき・異常行動**
○：なし ×：あり
**頭痛・めまい・吐き気**
○：なし ×：あり
**混乱興奮状態**
○：なし ×：あり
**質問に回答が**
○：できる ×：できない

**脳振盪チェック**
**（症状の確認）**

×がある場合 → すみやかに 脳神経外科へ

症状悪化 → すみやかに 脳神経外科へ

○の場合

**保護者に連絡して**
**24時間は経過観察**

異常あり → すみやかに 脳神経外科へ

作成協力：千葉県アスレティックトレーナー協議会　　医学監修：千葉大学医学部附属病院スポーツメディクスセンター

# 熱中症実践的予防措置

## ❑環境条件の把握

気温が高いときほど、また同じ気温でも湿度が高いときほど、熱中症の危険性は高くなります。

暑さ指数（WBGT）に応じた「注意すべき活動の目安」、「日常生活における注意事項」、「熱中症予防運動指針」は次のとおりです（表 2-1）。

表 2-1 暑さ指数（WBGT）に応じた注意事項等
（出典：環境省夏季のｲﾍﾞﾝﾄにおける熱中症対策ｶﾞｲﾄﾞﾗｲﾝ 2020 を一部改変）

| 暑さ指数（WBGT） | 湿球温度 | 乾球温度 | 注意すべき活動の目安 | 日常生活における注意事項 | 熱中症予防運動指針 |
|---|---|---|---|---|---|
| **３５以上** | **熱中症特別警戒アラート発表** | | | | **いのちを守る行動を取る★１** |
| **３３以上** | **熱中症警戒アラート発表** | | | | **運動中止★２** |
| **31 以上** | **27℃以上** | **35℃以上** | すべての生活活動でおこる危険性 | 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。 | **運動は原則中止★３**<br>**特別の場合**以外は運動を中止する。特に幼児児童生徒の場合は中止すべき。 |
| 28～31 | 24～27℃ | 31～35℃ | | 外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。 | **厳重警戒（激しい運動は中止）**<br>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。10～20 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または中止。 |
| 25～28 | 21～24℃ | 28～31℃ | 中等度以上の生活活動でおこる危険性 | 運動や激しい作業をする際は定期的に充分に休息を取り入れる。 | **警戒（積極的に休憩）**<br>熱中症の危険度が増すので積極的に休憩を取り適宜、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。 |
| 21～25 | 18～21℃ | 24～28℃ | 強い生活活動でおこる危険性 | 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。 | **注意（積極的に水分補給）**<br>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。 |

★１　室内において、エアコン等の設置により、暑さ指数 33℃未満の状況を維持できる場合を除く。校長等の管理者は、全ての人が熱中症対策を徹底できているか確認し、徹底できていない場合は、運動、外出、イベント等の中止、延期、変更等を判断する。

★２　身近な場所での暑さ指数（WBGT）を確認し、涼しい場所以外では、運動等を中止する。
＊熱中症特別警戒情報等の運用に関する指針（環境省大臣官房環境保健部）参照

★３　特別の場合とは、医師、看護師、一次救命処置保持者のいずれかを常駐させ、救護所の設置、及び救急搬送体制の対策を講じた場合、涼しい屋内で運動する場合等のこと。

１　一次救命処置保持者
心肺蘇生法及びAEDの一次救命処置に係る救急救命の講習を受けており一次救命処置ができる、かつ熱中症の応急処置について理解しており、処置行動がとれる者。

２　救護所の設置
風通しのよい日陰や、できればエアコンの効いた室内等で、当事者が避難及び休憩できる場所を設置してあること。

３　救急搬送体制
当事者の応急処置、救急車の要請等、有事の際の救急連絡体制が整っていること。
＊熱中症警戒アラート（試行）の運用指針、日本スポーツ協会熱中症予防運動指針を参照

# 熱中症発生時の対応

＜熱中症発生時の応急処置フロー図＞

## ① 観察（熱中症を疑う症状があるか？）

◇めまい、失神、四肢の筋や腹筋のけいれん、筋肉痛、筋肉の硬直
◇大量の発汗、全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛、顔面蒼白
◇足がもつれる、ふらつく、転倒する、突然座り込む、立ち上がれない、等
◇高体温

**あり**

## ② 観察（意識障害の有無を確認）

◇ここはどこ？名前は？今何をしてる？等の質問に答えられない
◇意識がない（呼びかけに答えない）
◇応答が鈍い、言動がおかしい

**応答あり**

〇涼しい場所へ避難する
〇衣服を緩める
〇体を冷やす

**応答なし**
**応答が鈍い**

**救急車要請**

〇涼しい場所へ避難する
〇衣服を緩める
〇積極的に体を冷やし、迅速に体温を下げる
＜冷却方法＞
・水をかけて体を濡らし、扇風機などで扇ぐ
・氷で首の付け根、わきの下、脚の付け根など太い血管を冷やす他、アイスタオル法やアイスバス（※）を利用する

## ③ 観察（自分で水分摂取できるか？）

**できる**

〇スポーツドリンクや食塩水を補給する（塩分・水分補給）

**できない**

医療機関受診

## ④ 観察（症状が改善したか？）

**改善した**

〇安静にして、経過観察する
〇回復しても、当日の運動は控える

**改善しない**

医療機関受診

**重要ポイント**
**症状があれば必ず誰かが付き添いましょう**

※ 熱中症対策としてアイスバスを利用する場合には、専門的な知識や実施方法への理解を有する者が行うこと

# 場合別－学校種別　相関関係表

対象期間：令和06年度
学校区分：　　学校種別：指定しない
地区：　千葉県

単位：件

| | | 小学校 | 中学校 | 高等学校 | 高等専門学校 | 幼稚園 | 幼保連携型認定こども園 | 保育所 | 合　計 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 各教科等 | 体育（保健体育） | 3,186 | 3,249 | 2,156 | 10 | － | － | － | 8,601 |
| | 図画工作（美術） | 149 | 34 | － | － | － | － | － | 183 |
| | 理科 | 64 | 51 | 6 | 0 | － | － | － | 121 |
| | 家庭（技術・家庭） | 77 | 63 | － | － | － | － | － | 140 |
| | 農業 | － | － | 6 | 0 | － | － | － | 6 |
| | 工業 | － | － | 3 | 0 | － | － | － | 3 |
| | 道徳 | 9 | 2 | － | － | － | － | － | 11 |
| | 外国語活動 | 14 | － | － | － | － | － | － | 14 |
| | 総合的な学習の時間 | 71 | 35 | 4 | 0 | － | － | － | 110 |
| | 自立活動 | 3 | 1 | 3 | － | － | － | － | 7 |
| | その他の教科 | 381 | 71 | 66 | 0 | － | － | － | 518 |
| | 保育 | － | － | － | － | 476 | 274 | 1,693 | 2,443 |
| | 計 | 3,954 | 3,506 | 2,244 | 10 | 476 | 274 | 1,693 | 12,157 |
| 特別活動（除学校行事） | 学級（ホームルーム）活動 | 266 | 94 | 57 | 1 | － | － | － | 418 |
| | 給食指導 | 229 | 44 | 2 | － | － | － | － | 275 |
| | 日常の清掃 | 317 | 81 | 5 | 0 | － | － | － | 403 |
| | その他学級活動 | 49 | 35 | 10 | 0 | － | － | － | 94 |
| | 児童（生徒・学生）会活動 | 24 | 13 | 4 | 0 | － | － | － | 41 |
| | 体育的クラブ活動 | 134 | － | － | － | － | － | － | 134 |
| | 文化的クラブ活動 | 7 | － | － | － | － | － | － | 7 |
| | その他 | 36 | 41 | 7 | 0 | － | － | － | 84 |
| | 計 | 1,062 | 308 | 85 | 1 | － | － | － | 1,456 |
| 学校行事 | 朝会 | 5 | 2 | 0 | 0 | － | － | － | 7 |
| | その他儀式的行事 | 8 | 11 | 2 | 0 | － | － | － | 21 |
| | 文化的行事 | 9 | 13 | 41 | 0 | － | － | － | 63 |
| | 大掃除 | 18 | 5 | 3 | 0 | － | － | － | 26 |
| | 運動会・体育祭 | 65 | 212 | 115 | 1 | － | － | － | 393 |
| | 競技大会・球技大会 | 48 | 29 | 162 | 0 | － | － | － | 239 |
| | その他健康安全・体育的行事 | 62 | 53 | 21 | 2 | － | － | － | 138 |
| | 遠足 | 29 | 2 | 3 | 0 | － | － | － | 34 |
| | 修学旅行 | 36 | 147 | 177 | 0 | － | － | － | 360 |
| | その他集団宿泊的行事 | 64 | 102 | 17 | 0 | － | － | － | 183 |
| | 勤労生産・奉仕的行事 | 5 | 9 | 0 | 0 | － | － | － | 14 |
| | その他 | 24 | 20 | 5 | 0 | － | － | － | 49 |
| | 計 | 373 | 605 | 546 | 3 | － | － | － | 1,527 |
| 課外指導 | 体育的部活動 | 392 | 6,108 | 4,769 | 17 | － | － | － | 11,286 |
| | 文化的部活動 | 18 | 66 | 64 | 0 | － | － | － | 148 |
| | 林間学校 | 5 | 9 | 0 | 0 | － | － | － | 14 |
| | 臨海学校 | 1 | 0 | 0 | 0 | － | － | － | 1 |
| | 水泳指導 | 4 | 0 | － | － | － | － | － | 4 |
| | その他 | 9 | 5 | 2 | 1 | － | － | － | 17 |
| | 計 | 429 | 6,188 | 4,835 | 18 | － | － | － | 11,470 |
| 休憩時間 | 休憩時間中 | 2,290 | 432 | 122 | 0 | － | － | － | 2,844 |
| | 昼食時休憩時間中 | 1,746 | 427 | 101 | 0 | － | － | － | 2,274 |
| | 始業前の特定時間中 | 279 | 72 | 36 | 0 | － | － | － | 387 |
| | 授業終了後の特定時間中 | 468 | 166 | 82 | 0 | － | － | － | 716 |
| | その他 | 12 | 3 | 1 | 0 | － | － | － | 16 |
| | 計 | 4,795 | 1,100 | 342 | 0 | － | － | － | 6,237 |
| 寄宿舎にあるとき | | 0 | 17 | 5 | 1 | 0 | 0 | 0 | 23 |
| 技能連携授業中 | | － | － | 0 | － | － | － | － | 0 |
| 通学中（通園中） | 登校（登園）中 | 444 | 188 | 264 | 2 | 2 | 0 | 12 | 912 |
| | 下校（降園）中 | 502 | 196 | 151 | 0 | 5 | 1 | 10 | 865 |
| | 通学（通園）に準ずるとき | 12 | 23 | 32 | 0 | 0 | 0 | 1 | 68 |
| | 計 | 958 | 407 | 447 | 2 | 7 | 1 | 23 | 1,845 |
| 合計 | | 11,571 | 12,131 | 8,504 | 35 | 483 | 275 | 1,716 | 34,715 |

事故防止チェックシート（体育授業・部活動中の事故）

| | |
|---|---|
| 学校名 | |
| 発生日時 | |
| 発生場所 | |
| 事故概要 | |

| No. | チェック項目 | 具体的内容 |
|---|---|---|
| 1 | ○年間計画について<br>・年間計画の適切な作成<br>・年間計画に基づく活動の実施<br>・保護者や関係者等への周知，連絡<br>・職員の救急法などの受講 | |
| 2 | ○活動内容について<br>・児童生徒の体力・運動能力・技能・知識・態度の実態に即応した適切な活動内容<br>・個に応じた適切な運動の質・量<br>・適切な運動前の準備運動，適切な運動終了時の整理運動<br>・天候等に配慮した適切な水分補給，休憩，換気，保温<br>・配慮が必要な児童生徒の個々の計画の準備 | |
| 3 | ○健康確認について<br>・定期健康診断の受診<br>・異常等の適切な把握<br>・日常の健康観察の実施<br>・活動開始時および終了時の健康観察<br>・健康上配慮すべき児童生徒の職員への周知 | |
| 4 | ○施設の安全について<br>・適切な体育施設・備品・用具の安全管理<br>・体育施設・備品・用具の安全な利用についての規定の整備<br>・適切な使用方法の指導<br>・活動場所と用器具等の安全確認 | |
| 5 | ○事故発生時の対応について<br>・マニュアル等の作成<br>・事故現場への職員の臨場<br>・速やかな養護教諭（学校）との連携<br>・適切な応急措置<br>・速やかな救急車の要請<br>・速やかな医師への受診<br>・管理職（教育委員会）への報告<br>・関係機関（警察等）への連絡<br>・速やかな保護者への連絡・説明・引き渡し<br>・被害（災）者以外の児童生徒への対応 | |
| 6 | ○その他（参考となること）<br>・活動日誌　・合宿計画<br>・遠征計画　・AED 配備　・心肺蘇生法の研修等 | |

事故防止チェックシート（学校行事での事故）

| | |
|---|---|
| 学校名 | |
| 発生日時 | |
| 発生場所 | |
| 事故概要 | |

| No. | チェック項目 | 具体的内容 |
|---|---|---|
| 1 | ○事前の指導計画について<br>・安全面に配慮した適切な指導計画の作成<br>・必要に応じた保険加入<br>・教育委員会，関係機関等への必要な届出<br>・全職員の共通理解，組織的な運営・指導体制<br>・児童生徒の知識・技能・体力・態度の実態に即した適切な活動内容<br>・個に応じた適切な行事の内容や回数<br>・行事の内容の保護者への事前周知，参加できない児童生徒の状況把握<br>・事前の準備における児童生徒一人一人の参加意識や態度の把握<br>・職員の救急法などの受講 | |
| 2 | ○実施時の指導について<br>・児童生徒の安全指導の周知・徹底<br>・実施前の施設・設備・用具等の安全確認<br>・休憩時間中の活動状況の把握<br>・当日の参加児童生徒の健康状態・活動状況の把握<br>・当日の気象状況等の把握 | |
| 3 | ○事故発生時の対応について<br>・マニュアル等の作成<br>・事故現場への職員の臨場<br>・速やかな養護教諭（学校）との連携<br>・適切な応急措置<br>・速やかな救急車の要請<br>・速やかな医療機関の受診<br>・管理職（教育委員会）への報告<br>・関係機関（警察等）への報告<br>・速やかに保護者へ連絡及び引き渡し<br>・被害（災）者以外の児童生徒への対応<br>・保護者への説明 | |

（参考例）

# 運動部活動チェックファイブ

## 1　適切な活動計画等を作成しているか

□部活動の活動方針の作成
□月間の活動計画（大会予定や休養日設定を含む）の作成
□練習計画等の生徒への周知と理解
□練習環境や気象状況等を考慮した練習内容への配慮
□管理職への活動実績（大会結果や休養日を含む）の報告

## 2　生徒の健康状態や体力・技能等を把握しているか

□当日の健康状態の把握
□体力・技能レベルや負傷・障害等の状況の把握
□性格，意欲等の把握

## 3　練習場所や用具・器具の安全点検と安全指導を行っているか

□施設や用具・器具の安全点検
□活動に伴う事故防止・安全指導
□校外へ移動する場合の安全指導

## 4　緊急時の連絡体制は確立されているか

□緊急時対応マニュアルの作成
□関係機関との連携と協力体制の確立
□緊急時の連絡方法・手段の確立

## 5　保護者との連携はとれているか

□活動方針の理解
□活動計画（練習内容）の周知
□大会や校外での活動時の日時・場所等の周知