

# 部活動における安全指導の現状と課題

～現代にあった安全指導の普及を考える～

山形県 山形県立山形工業高等学校

白 田 元

## 1 はじめに

競技力の向上を追求したり、充実した部活動を開拓すればするほど、けがや事故とは無縁ではなくなる。また、学校は毎年生徒が入れ代わり、指導者や部顧問も交代することがある。このような状況においては、指導内容や方法に差異が生じたり、安全指導が徹底されないケースがあると思われる。しかし、安全な指導に留意し、事故を未然に防ぐことは、本来スポーツが持つ楽しさや醍醐味を一層深めたり、生徒の持つ競技力の可能性を最大限に伸長させることにもなる。

当研究部では平成7年に「部活動安全指導の手引き」を作成し、全県の高等学校に配布した（活用を促した）という経緯がある。それは部活動指導上の全体的な留意事項と各競技毎（34専門部）の指導事項から構成されており、部活動指導者の貴重なバイブルになることを期待され発刊された。

今回の研究では、「手引き」が発刊されてから15年以上経ち、社会状況も大きく変化（携帯電話やインターネットの普及率の増加）している中、本県の現在の状況に合わせた「安全マニュアル」を体系化できないかと考えた。また、「安全」に対する意識調査も含め、「健康と安全」に関わる部活動実態調査を行い、それを検証することで、本県での課題や事故への対処方法、安全に関する役立てほしい情報など当研究で模索しながら、研究を進めていくことにした。

## 2 調査研究の方法

- |          |  |
|----------|--|
| (1) 調査方法 | 質問紙によるアンケート調査（無記名方式）   |
| (2) 調査対象 | 山形県内の高等学校の運動部活動顧問（回答数65校、785名）   |
| (3) 調査期間 | 平成20年10月～12月   |
| (4) 調査内容 | ①部活動実績、顧問の年代、指導年数、経験の有無<br>②部活動状況（毎日の部活動時間と活動内容など）<br>③けが、傷病の状況と栄養指導状況<br>④その他 |

## 3 調査結果及び考察

### (1) アンケート調査結果から

数多くの質問項目から、けがや傷病の事前防止に重要な準備運動・クールダウン・栄養指導・休息、けがや傷病が発生した時の対応がどうであるかアンケート結果から検証してみた。

①通常の部活動の中で指導者（顧問）が付いて活動している状況についてお聞かせくださいという問い合わせで、

A：準備運動の指導の状況については「生徒だけで行っている方が多い」「ほとんど生徒だけで行っている」の2項目合計割合は全体の約62%（「ほぼ毎回、半数以上付いて指導」—約38%）

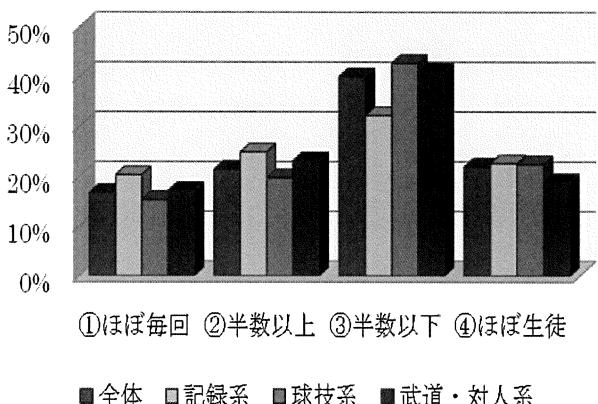
B：練習時の指導の状況については「生徒だけで行っている方が多い」「ほとんど生徒だけで行っている」の2項目合計割合は約23%（「ほぼ毎回、半数以上付いて指導」—約77%）

C：クールダウン時の指導状況については「生徒だけで行っている方が多い」「ほとんど生徒だけで行っている」の2項目合計割合は全体の約40%（「ほぼ毎回、半数以上付いて指導」—約60%）

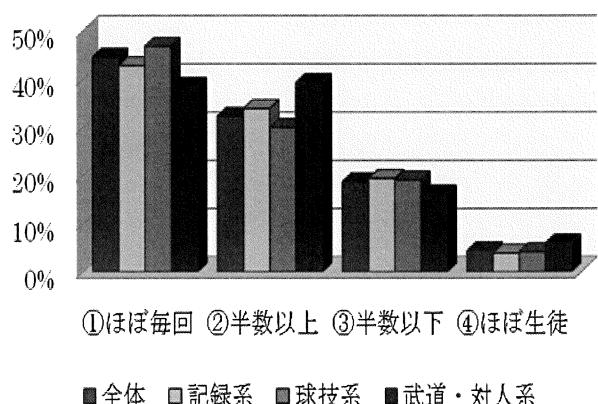
D：朝練習時の指導状況については「生徒だけで行っている方が多い」「ほとんど生徒だけで行っている」の2項目合計割合は全体の約56%（「ほぼ毎回、半数以上付いて指導」—約44%）

このA～D項目の結果から比較できるデータがないものの、数値的にみて高い割合で準備運動については生徒任せになっている実態があるのではないかと考えられる。

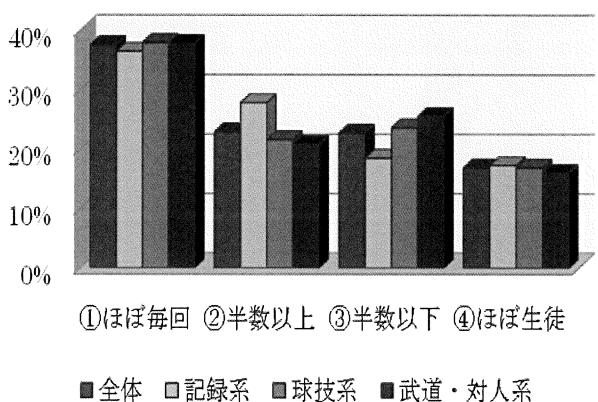
(A) 準備運動の指導の状況



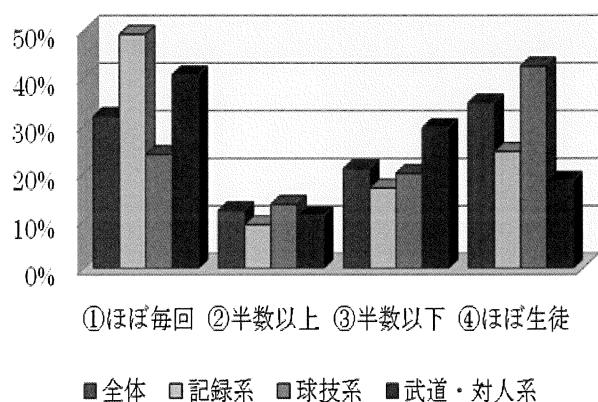
(B) 練習時の指導の状況



(C) クーリング時の指導状況

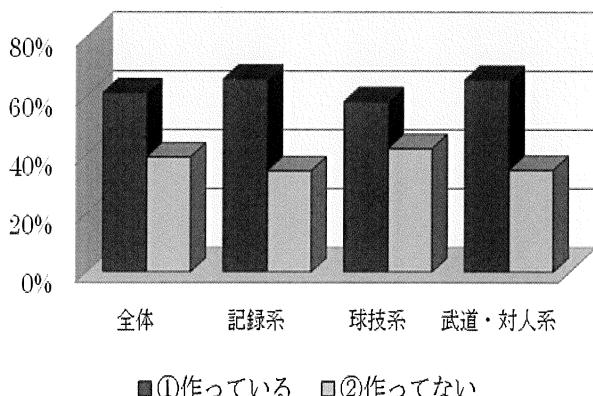


(D) 朝練習時の指導状況

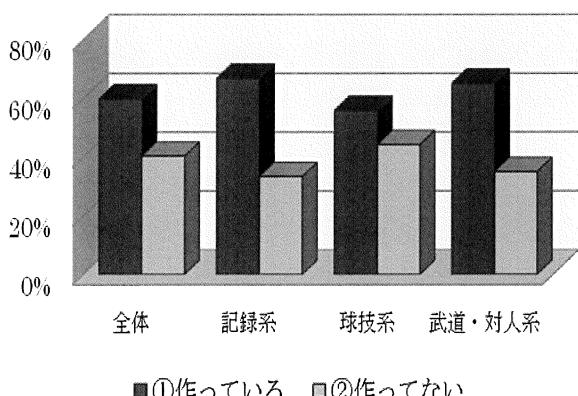


②部活動の事故等に備えた指導体制を作っていますかという問い合わせに対して、「対応できる体制を作っていない」と回答した割合は全体の約39%（「作っている」約61%）であった。また、部として部活動や遠征中の事故等に備えた緊急の連絡体制を作っていますかという問い合わせに対して、「対応できる体制を作っていない」と回答した割合は全体の約40%（「作っている」約60%）となっている。各学校では学校全体としての緊急対策マニュアルはあると思うが、当研究部の予想では“ほとんどの部活動で持っているものだろう”と思っていたところ、予想を下回る結果であった。

事故に備えた指導体制



遠征中の事故等に備えた緊急の連絡体制



<（例）A校の学校安全教育計画>

（1）基本方針

- ①自主的な健康管理 ②施設整備、用具の安全 ③練習場使用区分の調整 ④年間練習計画の作成と提出
- ⑤合同練習・特別練習・校外練習の許可制 ⑥練習時間の規制（原則として午後7時完全下校） ⑦部室の安全指導

（2）練習の安全指導

- ①練習前の安全指導 ア健康観察を行う イ服装、施設、用具の安全点検（練習場の整理及び清掃） ウ準備運動を十分に行う
- ②練習中の安全指導 ア合理的、能率的な正しい態度を身につけさせる イ常に施設、用具の点検に留意させる
- ③練習後の安全指導 ア整理運動、健康観察を徹底させる イ施設、用具の後始末を確実にさせる（コートなどの整備）

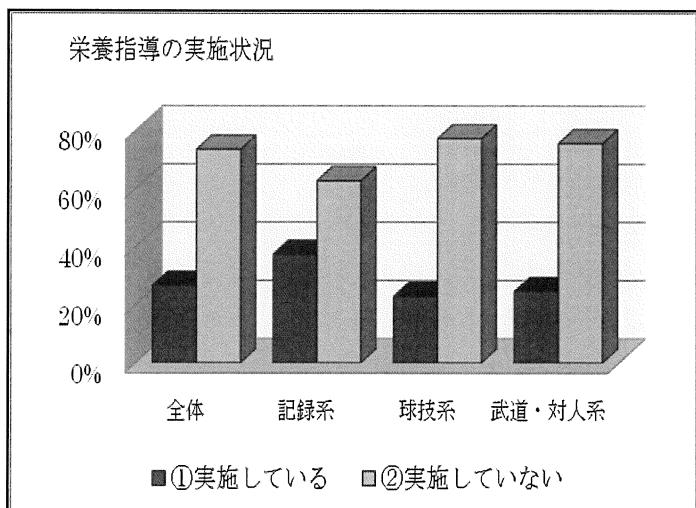
（3）合宿の安全指導

- ①合宿における健康管理 ア・・・

学校事故の処理

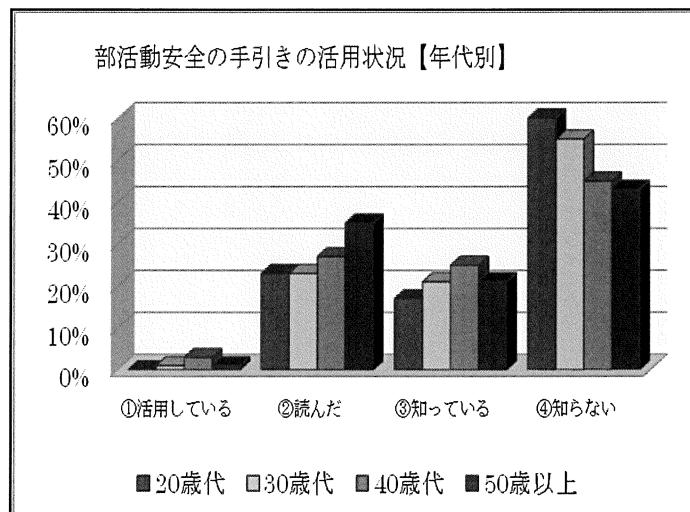
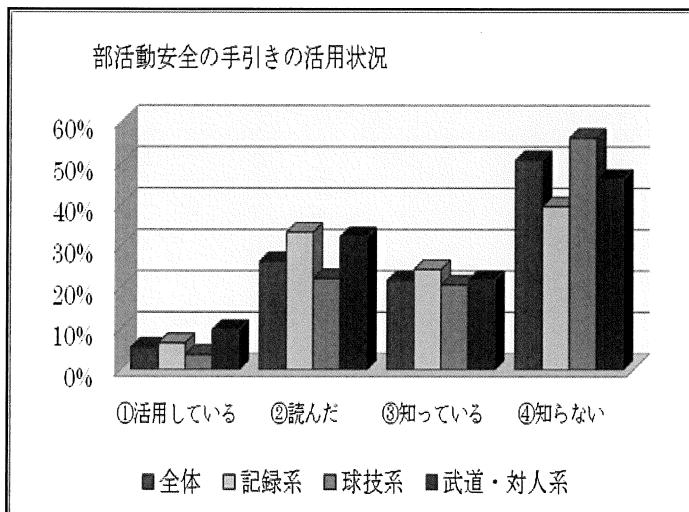
- 1緊急時の体制 （1）処置及び連絡 ①平日 事故発生→・・・

③栄養指導について、栄養指導を実施していますかという問い合わせに対して、「実施していない」と回答した割合は全体の約73%（「実施している」—約27%）であった。



栄養指導の実施については全体的に低い数値であるが、その中では記録系がやや高く、球技系が低くなっている。個人競技でしかも記録向上を目的とした種目においては自己管理（栄養管理も含む）意識が高いと思われる。球技系について、栄養指導は大切だと分かりつつも、全体的な指導に留まり、集団に対して徹底しづらいことがあると思われる。また、指導を行っても摂取状況を把握することが難しい点があることや食事に関しては保護者の理解が必要なことから、全体的に低い要因になっていると考えられる。

④平成7年に当研究部で発刊した「部活動安全指導の手引き」について、「活用している」と回答した割合は全体の約1%、「知らなかった」が約51%となっている。



発刊された当時を考えると、在職中だった現在の40～50代の先生に読んでいる人が多く、それ以下の先生は目にする機会すら少ない。また、本県の指導側の安全に関する意識が低いと思われることから手引きが普及されない現状も伺える。B5サイズで160ページにも及ぶ手引きのため携帯には不便で、保管されたままになっていることも考えられる。

アンケート調査結果の①～④のことから、けがや傷病の事前防止に必要な準備運動・クールダウン・休息(睡眠)・栄養指導やけがや傷病が発生した時の対応マニュアルなど危機管理体制や傷病が発生した時の対処が完全であるとは言い切れないと考えられる。

競技力の向上や充実した部活動を展開していく中で、「安全」という部分は切り離せない。運動部の顧問の中で、経験がない競技種目の顧問の割合は全体の約37%（記録系41%，球技系45%，武道系25%）となっていることや、アンケート調査結果からの安全意識が低下している現状から、当研究部ではWeb(HP)を活用した安全意識の向上を目的とした取り組みをしていきたいと思い、実施した。

## (2) ホームページの活用から

### <理由>

この度のアンケート結果から、平成7年に当研究部で発刊した「部活動安全指導の手引き」の活用状況が経年経過もあるが、ほぼ活用されていない状況と半数以上の顧問が「部活動安全指導の手引き」の冊子があることを知らない現状が浮き上がった。

しかし、部活動を実施していく上で、部活動における安全に関わる指導は重要である。よって、本研究部として「低予算で、幅広い層で活用できる」新たな安全指導の普及の方法を模索した結果、日常生活で最も使用する携帯電話を活用した安全指導の普及について検討した。

そのような中、「応急処置」「AEDの知識」「AEDの使い方(動画)」「山形市内の病院やAED設置場所」などの情報を見ることができる携帯電話のWeb(HP)を県立山形工業高等学校情報システム科の協力を得て作成した。

### <感想>

○AEDの設置場所だけでなく、AEDの使用方法まで掲載されていたので良かった。

○心肺蘇生法や応急処置など、どの場面でも対応できる内容も載っており、部活動への安全の意識がさらに強くなった。

○応急処置、心肺蘇生法が画像や動画で見やすい。動画は非常に丁寧。

○病院情報が多いですばらしい。

○応急処置法やAEDの使い方が写真で図示されているのでどこにパットをつけるのか一目でわかり、簡素にまとめてあるので、緊急時に用いやすい。

○「99web」を多方面に認知してもらえればよいと思う。

●病院案内が山形市内しか載っていないので県内全域まで情報を拡げてほしい。

●検索するのに時間がかかるが日頃から情報を見ておくと知識として役立つ。

●自分の位置情報を入力するのが面倒くさいので単純に地図表示した方が見やすい。

●応急処置について鼻血、火傷、熱中症のみなので、捻挫や肉離れなどもっと様々な症状を載せた方が良い。

●動画再生ソフトがない場合があるのが問題点である。

●位置情報表示Web、google\_map、ALPSmapが機能しなかった。

## 4 まとめと今後の課題

### 通常の部活動の指導について

生徒の安全や健康に留意し有意義な活動を保証するためには、季節や天候、生徒のコンディションやモチベーションに合わせた準備運動や疲労を取り除き、次の日への心と体の準備をさせるクールダウン等が必要不可欠だと考える。しかし本県の現状では、競技力を向上させるための練習や指導を重視し、前後のケアを生徒任せとなっている結果が見られた。アップとダウントークンの時も生徒の状況に応じて、指導や助言等を加えたり、メニューを工夫したりすることで競技力を支える体力や集中力、調整力が高まるものと考えられ、例えば、毎日同じアップをすることで自分の体の調子やけがの痛みを確認させたり、その日の練習の目的に合わせてアップの仕方を変えて生徒にその日の目的を強く意識させるなどの工夫が挙げられる。

部活動は時間や場所の制約がある中で「チームを強くしたい」、または「勝たせたい」という思いで毎日の練習を実施しているのが現状であると考えられる。少しくらいのけがや痛みに対しては、我慢させたり、テーピングなどをしてそのままやらせて指導している状況が多くみられる。指導者はそれぞれの競技の特性を熟知し、障害を未然に防ぐ努力をすることは当然であり、トレーニング方法やスポーツ障害について正しい知識を持ち、選手のメディカルチェック等のスポーツ医科学に関する知識の必要性が高まっている。しかしながら、現在の高校の部活動の現状では、単独でチームドクターを迎えることは非常に難しい。しかし、スポーツ医科学への興味関心が高まるにつれて、整形外科の医師の中にもスポーツ医学の知識を身に付けた医師も増え、専門的な機関との連携は生徒の安全や健康に留意し有意義な活動を実施するための有効な手助けとなると思われる。指導者が、時間や場所といった制約のある環境の中でも、安全や健康に対する意識を高めた指導が、生徒の安全に関する意識を作り、後世に引き継がれていくことも大切であると、アンケート調査結果から改めて感じた。

### 事故等に備えた指導体制について

この15年間で携帯電話の普及は目覚しく、事故等が起きた場合、即座に携帯電話から通報し、素早い対応ができるようになった。その半面、携帯電話の利便性によって緊急の指導体制や連絡体制を事前に整備する意識が薄れています傾向が見られた。しかし一方で指導経験の少ない先生や種目特性に慣れていない先生方にとっては事故等が生じた場合に、どのように対処し、どのような対応をしたらよいか分からずという現状がある。そのような現状に対応するためにも何かしら安全に対する管理体制に関するガイドラインが必要となり、いつでもどこでも見られ、対応できる簡素化されたものが需要であると考えた。

### ホームページ（Web）の活用について

今後、このホームページ（Web）の大きな課題として、①広く普及し活用してもらうこと、②ホームページの内容の充実及び更新することの2つがあげられる。

どうしても、部活動の安全指導については全ての顧問が重要であることは理解・認識しているが、普段の様々な活動の中でその認識も薄れていく現実がある。この度の取り組みが一過性のものにならないためにも、もっとホームページを周知して普及する取り組みとニーズに応えたサイトになるように継続的に取り組めるように整備していきたい。

また、今回の研究は、ホームページの作成と普及までしか取り組むことができなかつたので、ホームページの活用による部活動の安全指導に関わる運動部顧問の興味・関心の高揚等の効果は確認できなかつたが、広く周知することで効果が上がることを期待している。

