

熊本県の運動部活動における健康・安全に関する一考察

熊本県立水俣工業高等学校

谷 村 弘 章

1 はじめに

熊本県のスポーツに関する状況を見てみると、小中学校でも全国的に活躍する選手も多く、この時期から県外に活躍の場を求めてスポーツ留学する選手も多くいる。先日行われたオリンピックに出場した選手も以前に比べれば多くなっているが、今回特徴的であったのは高校まで県内で活躍した選手が多く出場した事が挙げられる。その当時の高校での強化策がうまくいっていたことを証明していると思う。しかし、高校生の活躍は13年前に開催された熊本インターハイ後は、全国大会での上位入賞も減少しているのが現状である。現在日本のトップレベルで活躍している選手はインターハイが開催された前後の選手であるが、全国優勝する選手も減少傾向にある。運動部活動でも生徒数の減少や、運動部活動離れもあり運動部に所属する生徒が減少している。どの学校でも部員確保に多くの種目で苦労されている状況である。

本県においても部員数の減少が問題となっているが、1年間に把握されている運動部活動中の怪我の件数はここ数年横ばい状態であり、部員数が減少しているにもかかわらず、怪我の件数が減っていない現状がある。

2 研究の目的

部員数の確保など、運動部活動を取り巻く環境は以前に比べるとかなり厳しさを増している現状であるが、これから運動部活動を始めようとする生徒にとって、怪我をすることはイメージが悪くのではないかと考えている。この研究では、部員数の確保を行う上でより安全で、より魅力的な部活動にするためには、部活動の顧問が熱中症などの健康リスクを減らしながら日々の部活動の練習に取り組んでいくためにどのような活動を行っているのか調査してみたいと考えた。指導に慣れている先生から経験の浅い先生までどのような点で問題を抱えているのかが見えてくればと考えた。健康や安全について、運動部活動の顧問の考え方や苦労を考察することによってより安全な部活動指導や、部員数を増やすための手助けになればと考えた。

3 研究の方法

(1) アンケートによる調査

1回目 時期 平成23年12月

対象 熊本県内高校より抽出 運動部活動生徒 720名

〃 運動部顧問 100名

2回目 時期 平成24年11月

対象 熊本県内高校 運動部活動生徒（新人戦ベスト4）642名

熊本県立学校・私立高校 計87校

運動部顧問 908名

(2) 新体力テストの分析

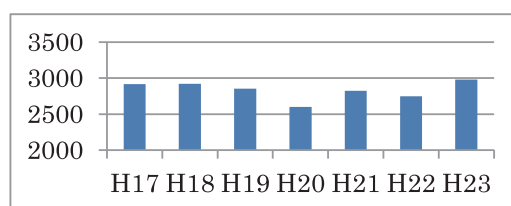
(3) スポーツ振興センター発表資料の分析

4 結果の考察

(1) 現状把握

スポーツ振興センターより発表されている熊本県運動部活動生の怪我発生報告件数を見てみると、怪我の程度は不明であるが、ここ数年は2800件程度で推移している。高校生の生徒数は、平成17年度で5万8千名であるが、年々減少していることから、運動部活動で怪我をしている割

表1 運動部 怪我発生件数



合は、増加していると言える。部活動別にみると、球技ではサッカー、ラグビー、バスケットボールの件数が多く、武道では柔道が多くなっている。内訳は、球技と武道共に骨折や靱帯損傷、捻挫が多く見られた。

(2) 第1回アンケート調査

怪我の現状を確認するために、平成23年12月に怪我に対するアンケートを実施した。この調査は、県内8校を無作為に選び、生徒回答数は720名、運動部活動顧問100名の回答を分析した。まず高校入学以前に怪我をしたことがあるかを調査するための項目を作り、高校までの怪我の傾向を調査することとした。部活動顧問では怪我に対する考え方や、自分がいつも練習している場所、危険だと感じていること、試合中に危険だと感じることを記入してもらった。その結果、以下のような点が問題とされた。

- ア 高校では、中学校で取り組んでいた運動部活動を続ける生徒が多い。また高校で続ける生徒は何かの大きな怪我をしたことのある生徒はほとんどいない。
- イ 高校で怪我の多い競技は、中学校での怪我也多いが、高校の方が競技復帰に時間がかかる怪我が多い。
- ウ 疲労の蓄積による怪我（疲労骨折など）については、中学校ではあまり見られない。
- エ 高校の運動部活動中の熱中症について聞いてみたが、軽いものも合わせると12.3%の生徒が熱中症を経験している。
- オ 生徒たちは怪我をどのくらい我慢するのかについて尋ねたが、怪我が多い競技では練習に支障がなければ練習を行うと答えた生徒も多いが、怪我の少ない競技においても何らかの怪我を抱えたまま競技をしている生徒も多いことが分かった。
- カ 練習する上で危険だと感じていることについては、他競技と同じグラウンドで練習するために起こる衝突や、予期せぬボールなどの飛来に危険を感じている。

以上のようなことが特徴としてあげられた。

(3) 第2回アンケート調査

第1回目のアンケート調査の結果をふまえて、2回目のアンケート調査を行った。1回目の調査結果より調査対象を教師は、県内高校運動部活動顧問にお願いした。（外部指導者は除く）生徒については、1回目のアンケートでの無作為抽出した生徒との比較をするため平成24年度10・11月に行われた新人大会で、ベスト4に入賞した生徒にアンケートをお願いした。項目は怪我だけではなく顧問が部活動に求めていることや、部活動を行う上で犠牲にしていることなどを聞いてみた。

- ア 生徒についての考察では、まず怪我の概念について、怪我とは練習が1日でもできないものを怪我と考える生徒から、1週間以上練習ができないものを怪我と考える生徒がおり、その平均は4.5日であった。大きな怪我と生徒が感じるのは平均で45.8日以上療養を要するものという結果であった。教師については、小さな怪我の平均4.3日、大きな怪我は28.7日との結果が出た。教師は、30日以上怪我を大きな怪我と考えるようだ。

- イ ベスト4に入賞した生徒の大きな怪我の有無を聞いた。（骨折などの怪我は、30日程度の療養が必要であると考え、30日以上怪我を大きな怪我とした）これを見てみると、ほとんどの生徒が、大きな怪我の経験がないことが分かる。小学校から高校まで1人の生徒が続けて怪我ありと答

えた生徒はいない。怪我の部位は足が多く、高校での怪我は160日程度の療養を要したものもあった。このような結果から、怪我による治療やリハビリによって時間を要することで、部活動をやめる。などの関係はあまりないと考える。

教師全体の怪我の状況は、生徒よりも、かなり少ないことが見て取れる。小学校から、ほとんど大きな怪我をすることなく競技生活を送っている教師が大半である。特徴として大学で怪我をした教師の多くは、特に重症と思われる怪我であり、療養期間が半年以上に及ぶものが多い。

表 2－1 生徒 大きな怪我の有無

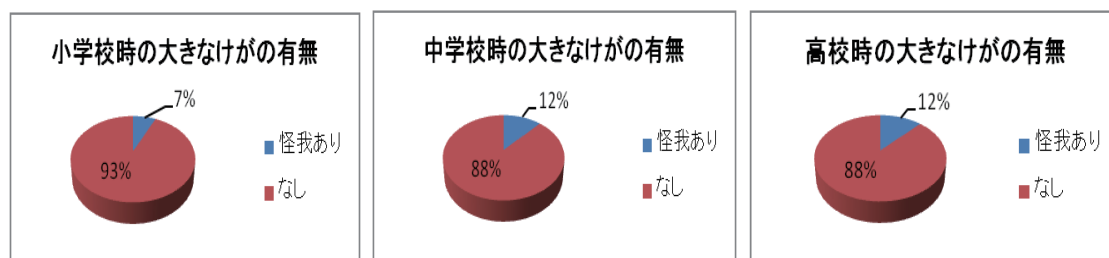
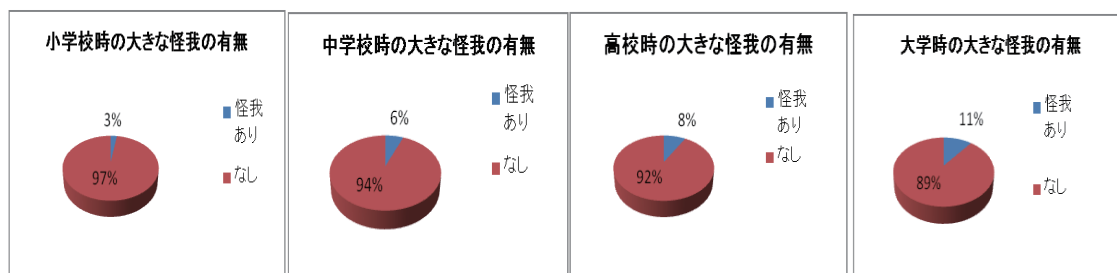


表 2－2 教師 大きな怪我の有無



部活動顧問教師の現状について調査した結果では、10年以下の顧問経験しかない指導者がかなり多くなっている。男女比では男性が多いということもわかった。

表 3 指導者経験年数

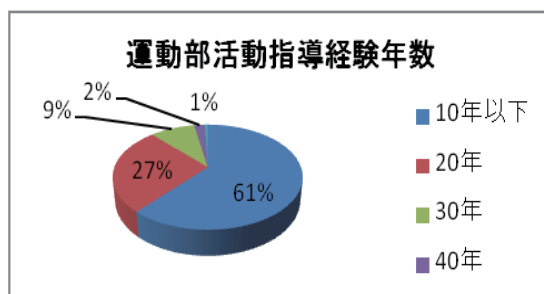
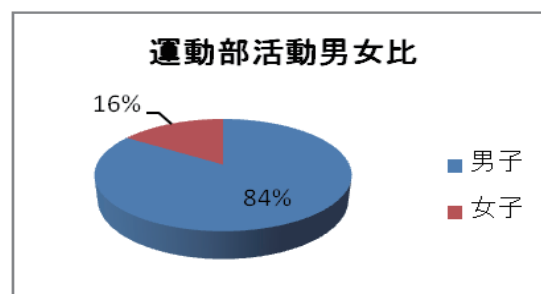
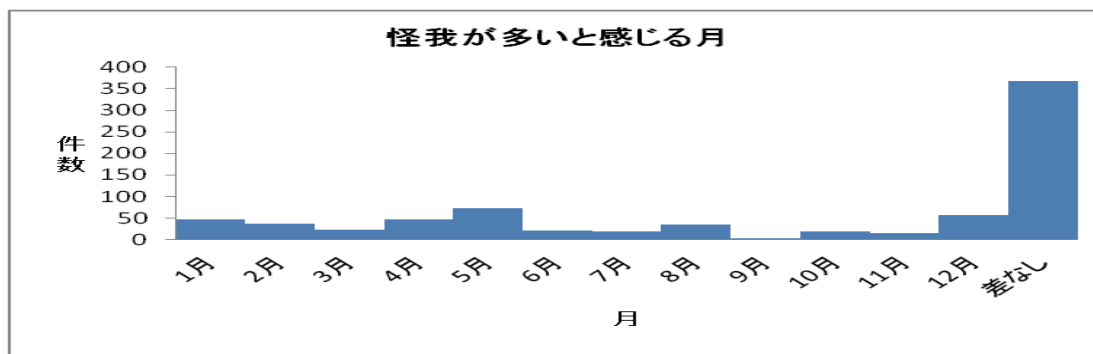


表 4 顧問男女比



ウ 「怪我が多くなる月があるか」の質問では、多くの教師がどの月にも差はないと回答しているが、5月に怪我が多く発生するという結果が出ているので、部活動を指導する上で気を付けなければならない事としてあげられる。スポーツ振興センター発表の資料でも、5月に怪我が増える傾向が見られる。生徒についても5月に怪我が多いと感じている結果が出た。

表 5 運動部活動顧問が怪我が多いと感じる月



エ 練習に関する質問では、練習日数は、週 6 日練習 39.1% 7 日練習 59.3%

練習時間は、平日約 3 時間、休日も約 3 時間程度行われている。時間についての生徒の満足度は、満足・ほぼ満足で 83.4% 長いと感じている生徒が 17.6% となった。朝からの練習をしている部活動は少ない傾向がある。

オ 生徒が部活動を通して期待していることについて聞いてみたが、1 番は勝利となった。しかし精神力の強化と回答した生徒も多く、初めから勝利を目指している者と、精神や体力を鍛える目的で入部し、そのあとから結果がついてきているということも言えるのではないかと。生徒と同じ質問を顧問にも回答をお願いした。精神力の強化が一番となっているが、勝利と答えられた先生が少ないように思う。勝ち負けは精神力あつてのものと考えられている事がうかがえる指導年数別に見た表 6-3~6-6 は、どの年代も精神力の強化が一番である。表 6-7 はベスト 4 に入賞された顧問が答えられたものであるが、ほとんど違いはない。

表 6-1 生徒が運動部活動に一番・二番に期待すること

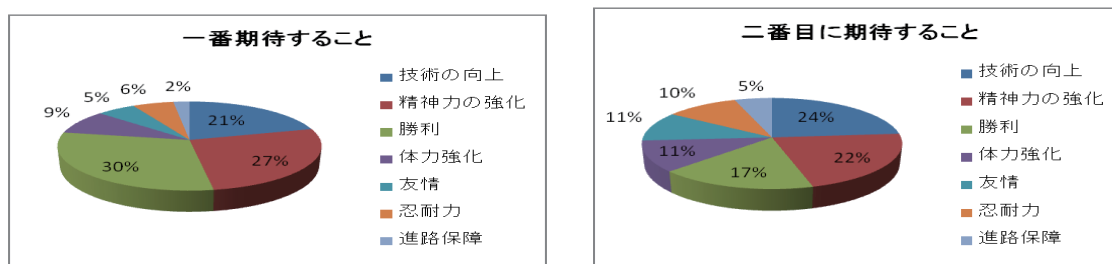


表 6-2 顧問が運動部に一番・二番に期待していること

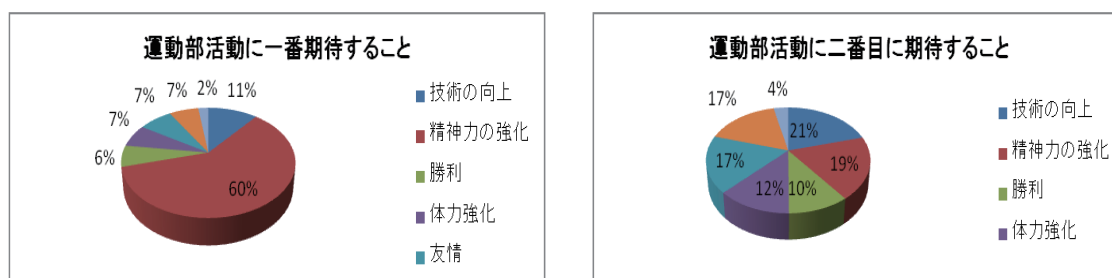


表 6－3～表 6－6 顧問年代別部活動に一番・二番に期待していること

表 6－3

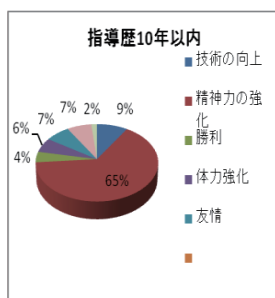


表 6－4

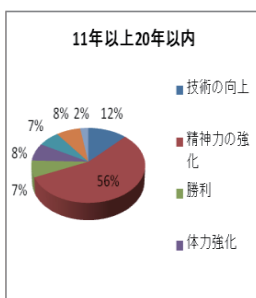


表 6－5

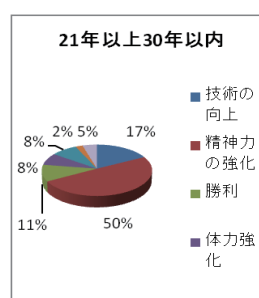


表 6－6

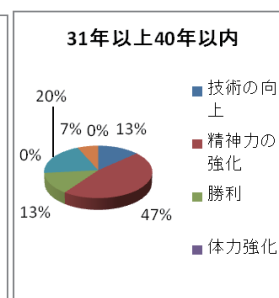
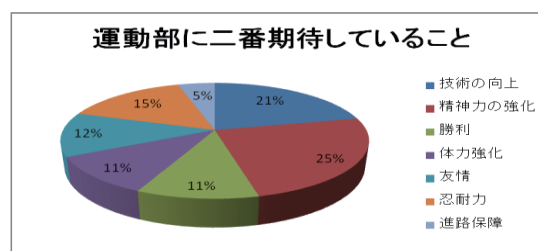
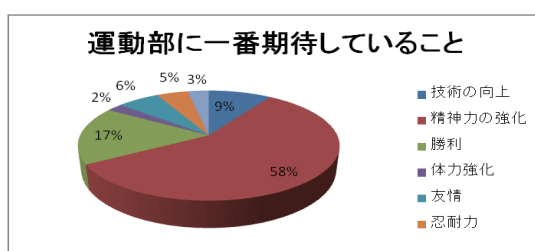


表 6－7 県新人大会ベスト4入賞監督の部活動に一番・二番に期待していること



カ 部活動をやっていることで、犠牲になっていることについて回答してもらった。顧問からは、犠牲という言葉について賛否あったが、自分の時間と答えた生徒が多く見られた。ほとんど差はないが、友達・家族との時間、学習時間と答えた生徒も多く、無駄のない時間の使い方・効率のよい時間の過ごし方をしているのかどうかを、今後検証するべきであると感じた。

顧問に、生徒と同じ質問を顧問に回答してもらった。自分の時間が部活動に時間となっている顧問が一番多い。次に家族との時間が来ているということは、かなりストレスを抱えている先生が多くいるのではないかと推察する。

表 7－1 生徒が運動部活動を行うことで犠牲にしていること

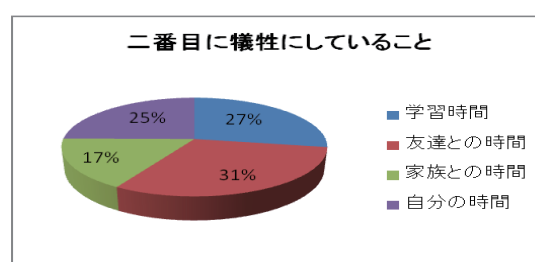
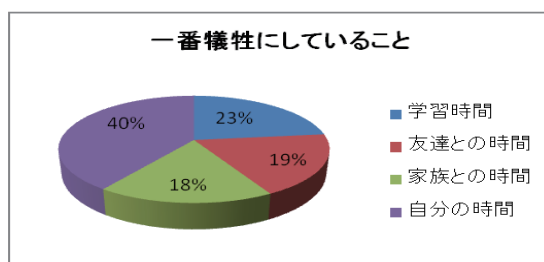


表 7－2 運動部顧問が一番に犠牲にしていること

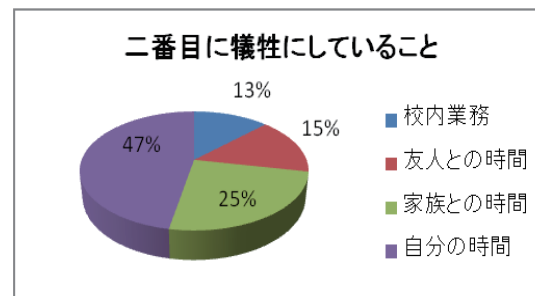
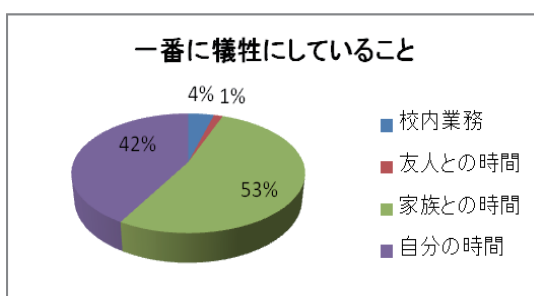
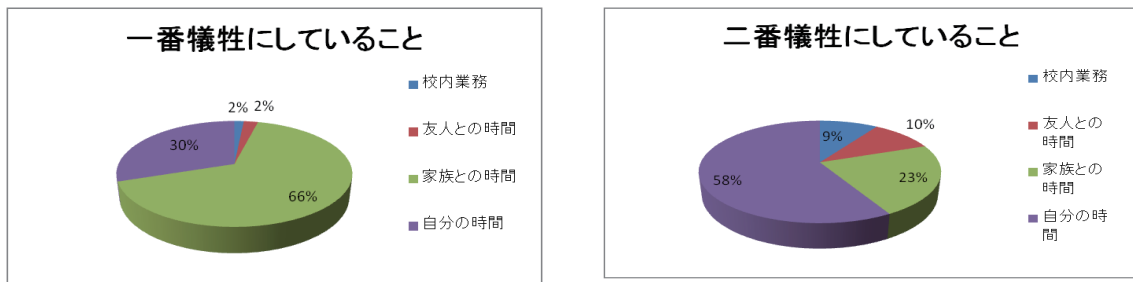


表 7-3 ベスト 4 顧問が一番に犠牲にしていること



5 まとめ

今回アンケート調査から得られたデータから見てとれることは、怪我については、怪我の多い競技はあるが、競技レベルに関係なく怪我は起こり、上位層のレベルの高いチームで、試合を常に行っているから怪我が多いとはいえない。そのため、これから運動部に入部しようとする生徒からすれば、怪我は運動部に入部する際に怪我をするからやめるという事にはならないと考える。怪我の多いスポーツについては、覚悟を持って臨まなければならないと思うが、予防の仕方やおこりやすい怪我に関する知識は、指導者と生徒が共にかなり持っていることという調査結果が出ている。指導者と生徒にとって何が怪我につながっているのかをもっと深く研究していくことを今後行っていきたい。

競技生活を長く続けるためには怪我をしない事が一番であると思うが、運動部活動指導者自身の怪我の少なさはその表れであり、自分が選手生活を送ってきた過程や経験を、選手に伝えることが一番の怪我の予防と言えるのではないだろうか。

指導者に対して練習時間に不満を持っている生徒が 17.6% いることから、意欲の低い生徒と一緒に練習していることは、あまりいい状態ではないと考える。この生徒への対応が必要であると考えます。

顧問に対する部活動による精神的な負担や時間的な負担はかなりあることを再認識させられた。また生徒の負担も少なからずある。この点をいかに解決していくかが、今後の運動部活動の問題点としてあげることができる。

部活動に期待することと言う項目では精神面を重視するという答えが多くあったが、選択肢の深さに欠けるという指摘を受けた。今回結果のまとめやすさを求めてマーク方式でアンケート調査を行い、多数の質問項目を用意し調査を実施したが、その弊害が起こったことは否めない。この点を考慮して今後の研究に生かしていきたいと考えている。

この調査では、まだアンケートによって得られた結果のみの考察になっている。今後も引き続き調査を行うことでより良い部活動のあり方を発信し続け、指導者もっと結果が参考にしてもらえものにしていきたいと考える。今回の研究が運動部活動の指導者には、良好な生徒との関係に少しでも参考になれば幸いである。