

令和8年度 地域クラブ指導者研修会
2026年7月25日（土）14:00-16:00
オンライン講演会

令和8年度 地域クラブ指導者研修会
第1部 講演

“もしもを防ぐ現場力”
～熱中症・事故から子どもたちを守るリスクマネジメント～

九州共立大学
スポーツ学部こどもスポーツ教育学科
中村 有希
(なかむら ゆき)

はじめに

◆専門分野

体育科教育学、スポーツ教育学

◆学歴

- 熊本県立済々黌高等学校普通科 卒業
- 鹿児島大学 教育学部 学校教育教員養成課程 保健体育専修 卒業（教育学）
- 東京学芸大学 大学院 修士課程 保健体育専攻 修了（教育学）
- 東京学芸大学 大学院 連合学校教育学研究科 博士課程（※在籍中）

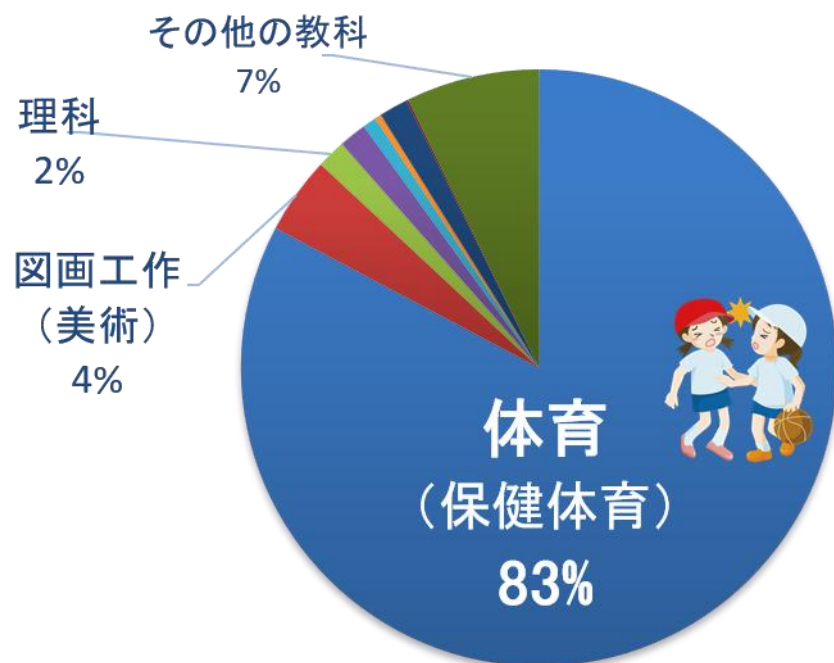
◆職歴

- 東京学芸大学附属小金井中学校保健体育科 講師
- 十文字学園女子大学健康栄養学科 助手
- 北陸大学経済経営学部 助教
- 九州共立大学スポーツ学部こどもスポーツ教育学科 講師

研究テーマ

「主体的な学びにおける体育の安全な学習環境デザイン」

- 体育は身体活動を伴う教育であることから、最も事故リスクの高い教科である。したがって、体育では、子どもに運動の面白さを保障すると同時に、安全性が求められる。



体育授業の学習環境

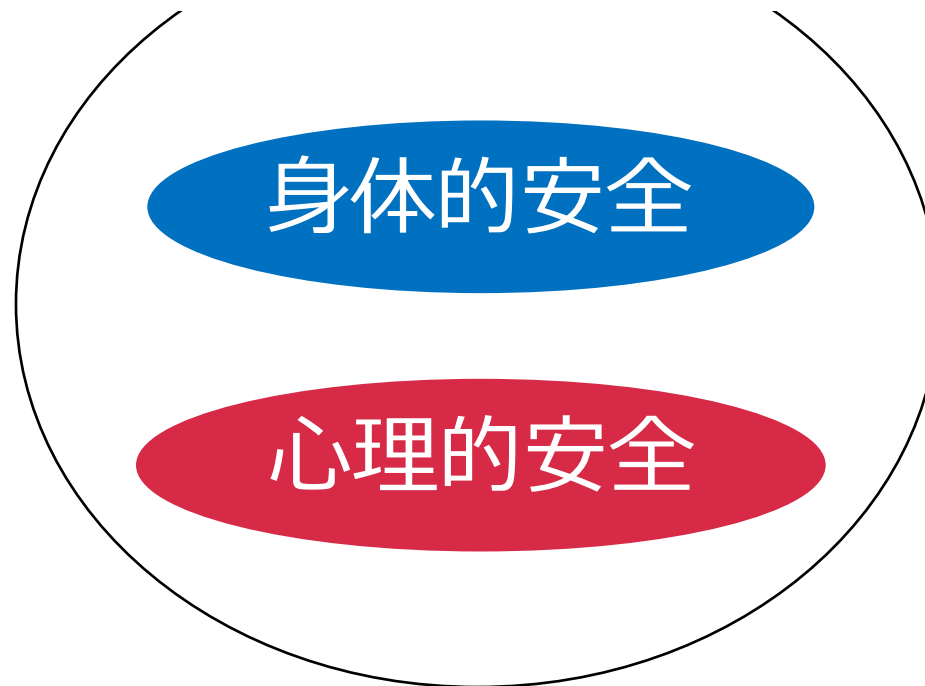


図1 小学校各教科等の事故件数 (N=86,175件)

【出典】学校の管理下の災害[令和6年版]場合別、学年別件数表

本日の流れ

- 第1部 オンライン講演（60分）
- 第2部 ミニワークショップ（30分）
- 質疑、情報交換

本講演のねらい

- 指導者が部活動におけるリスクマネジメント・クライシスマネジメントの考え方を理解する。
- 熱中症を中心としたスポーツ活動におけるリスクマネジメント・クライシスマネジメントについて理解する。
- 指導者や各団体が緊急時対応計画（EAP）を作成し、PDCAサイクルを回すことができる。

第1部 講演

1. 部活動におけるリスクマネジメントの考え方

不審者

食中毒

指導死

怪我
事故

自然災害
(地震・落雷・
水害等)

勝利
至上主義

体罰
暴言

進路
キャリア

部活動の
リスク (危険) って？

燃え尽き
症候群

メンタル

SNS
トラブル

ハラスメ
ント

人間関係
指導者－生徒
生徒－生徒
など

報道

差別
排除

施設管理

指導者の義務（法的根拠）

部活動指導者・クラブ設置者は、以下の責任が問われる。

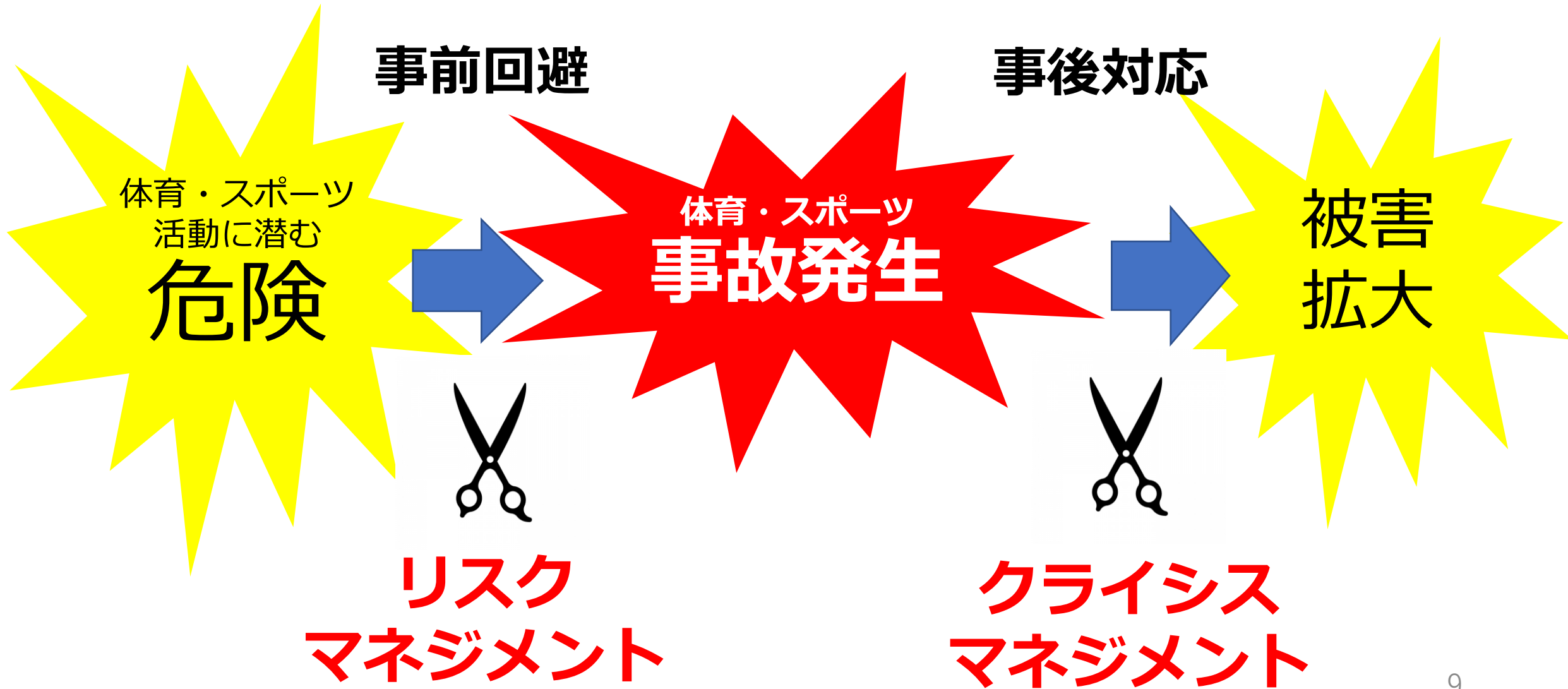
①債務不履行における**安全配慮義務**（民法415条）

→被害者と加害者の間に契約関係があることが前提で、当該契約上の付随義務として「生命及び健康等を危険から保護する義務」

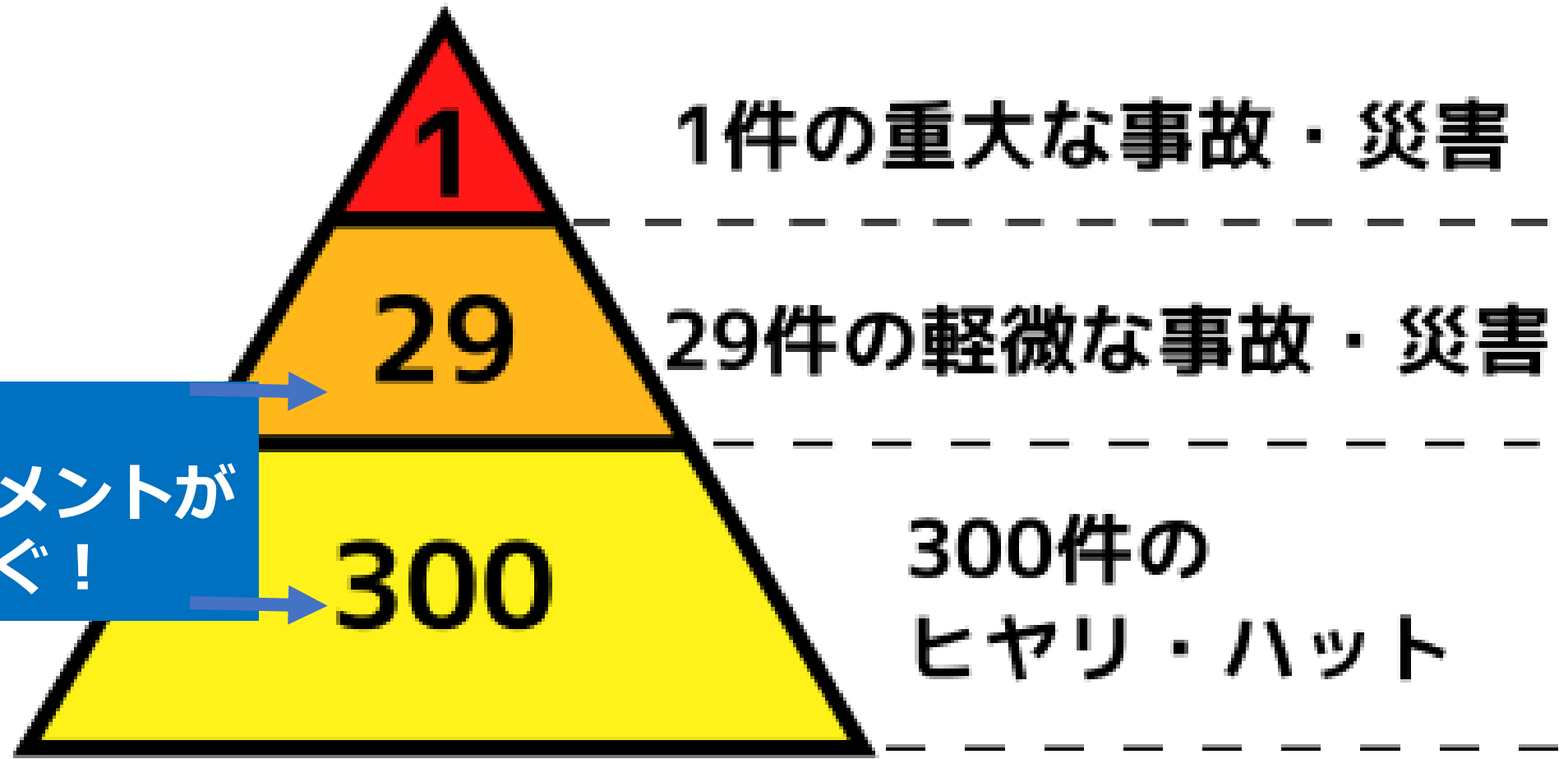
②不法行為における**過失（注意義務違反）**（民法709条）

→事故を回避することができたか否かという結果回避可能性

部活動の危機管理の考え方



重大事故が発生する原理～ハインリッヒの法則～



この段階での
リスクマネジメントが
重大事故を防ぐ！

(ハインリッヒの法則)

【事例から考える】
 どうしたら未然にリスク回避できるか考えてみてください。

No	被災時 学校 種・性別	障害種類別 名	運動名	概要	リスクマネジメント
1	小5年 女児	視力・眼球 運動障害	バスケット ボール	5時限の体育の授業中、体育館でバスケのドリブル練習をしていた。反対方向からドリブルをしてきた他の児童の頭が顔面に当たり負傷した。	
2	小5年 男児	外貌・露出 部分の醜状 障害	陸上運動 (走り高跳 び)	体育の授業中、体育館で高跳びをしていたところ、走って跳んできた他の児童が支柱を倒し、その支柱が左ほおに当たった。	



第1部 講演

2. 部活動における熱中症の予防と対策

熱中症とは

- 暑熱環境における**身体適応**の障害によって起こる状態の総称。
- 暑熱環境に居る、あるいは居た後の体調不良は、**すべて熱中症の可能性**がある。（日本救急医学会熱中症分類2015）

熱中症予防はする・みる・ささえる人みんなに必要！

スポーツを「 する人 」	：選手
スポーツを「 みる人 」	：保護者、観戦者、応援する人（例：吹奏楽）
スポーツを「 ささえる人 」	：指導者、スタッフ

熱中症とは

- 熱中症は、体内での熱の産出と熱の放散のバランスが崩れて、体温が著しく上昇した状態である。
- 体への熱の出入りに関係する気象条件としては、**気温**（周囲の空気の温度）、**湿度**（空気に含まれる水蒸気量に関係）、**風速**、**放射（輻射）熱**（太陽からの日射、地表面での反射、建物からの輻射など）がある。
- 気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日射・輻射が強いという条件は、いずれも体からの熱放散を妨げる方向に作用するため、熱中症の発生リスクを増加させる。

◆熱中症のリスクマネジメント 運動に関する熱中症予防指針

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31℃以上3 5℃未満	28以上 31未満	厳重警戒 (激しい運動は中止)	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。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、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。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 (積極的に水分補給)	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。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は 必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので 注意。

ESCO



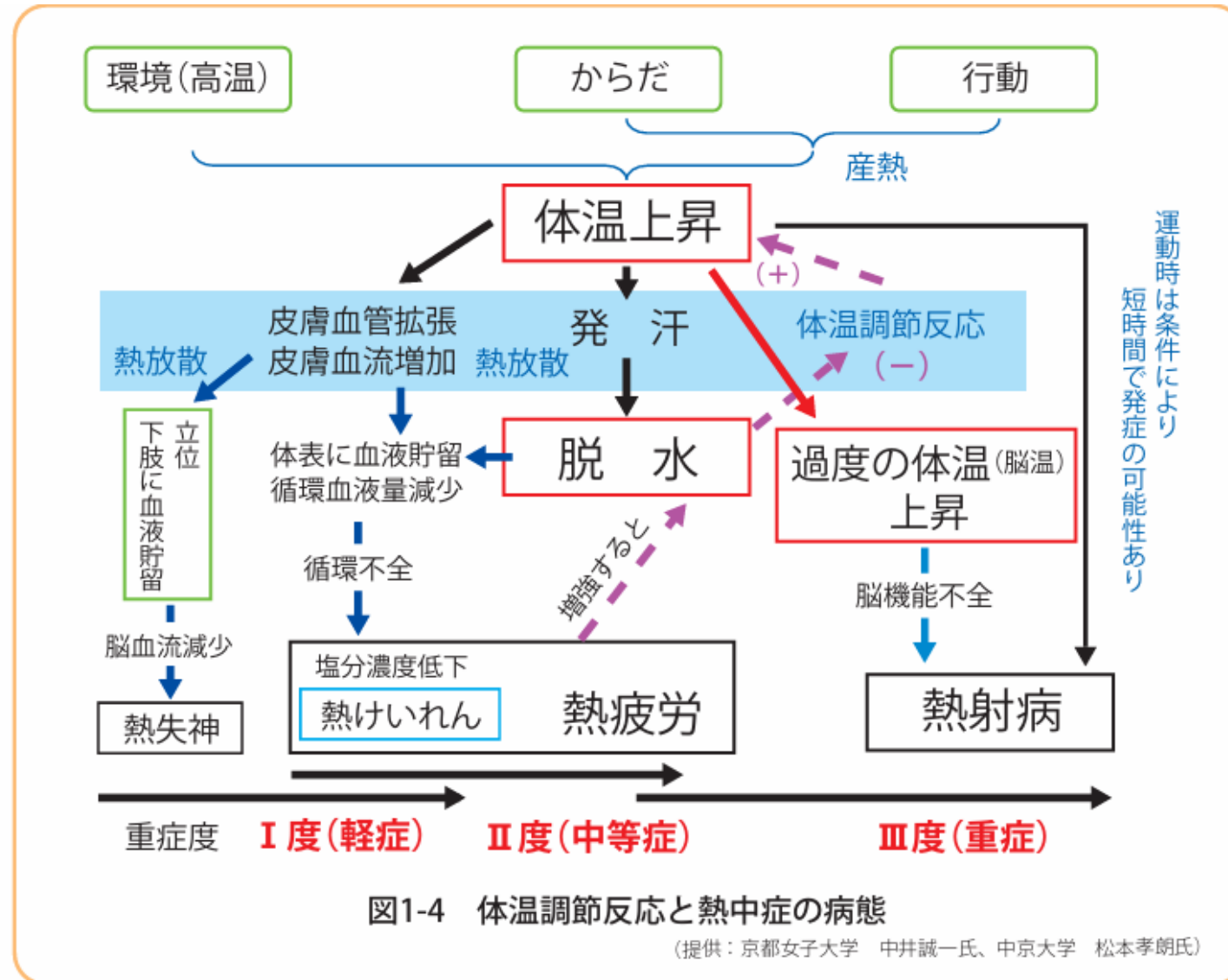
【出典】日本スポーツ協会(2019)「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」

https://www.japansports.or.jp/portals/0/data/supoken/doc/heatstroke/heatstrokeguidebook/index.html#target/page_no=3

熱中症の重症度

分類	症状	診断	対応
重症度Ⅰ度 (軽症)	・意識ははっきりしている ・手足がしびれる、気分不快 ・めまい、立ち眩みがある ・筋肉のこむら返りがある（痛い）	熱ストレス 熱失神 熱けいれん	<u>現場で対応し経過観察</u> ・ 涼しい場所へ避難して服をふるめ体を冷やし、水分・塩分を補給する。 ・ 誰かがついて見守り、良くならない場合は病院へ。
重症度Ⅱ度 (中等症)	・吐き気がする、吐く（嘔吐） ・頭ががんがんする（頭痛） ・体がだるい（倦怠感） ・意識が何となくおかしい（軽い意識障害）	熱疲労	<u>医療機関を受診</u> すみやかに医療機関を受診する。
重症度Ⅲ度 (重症)	・意識がない（意識障害） ・呼びかけに対し返事がおかしい ・体がひきつる（全身けいれん） ・まっすぐ歩けない、走れない ・からだが熱い（高体温）	熱射病	<u>救急車要請</u> 救急車を呼び、到着までの間に積極的に 身体冷却 を行う。

熱中症になるメカニズム



【出典】 環境省(2022) 「熱中症環境保健マニュアル2022」 https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/manual/heatillness_manual_full.pdf

【出典】 川原貴「教育現場の熱中症(スポーツを含む)」 https://www.wbgt.env.go.jp/pdf/sympo/20210623_4.pdf

熱中症予防のポイント

1.暑さに慣れること（暑熱順化）

2.とにかく**身体を冷やす**こと

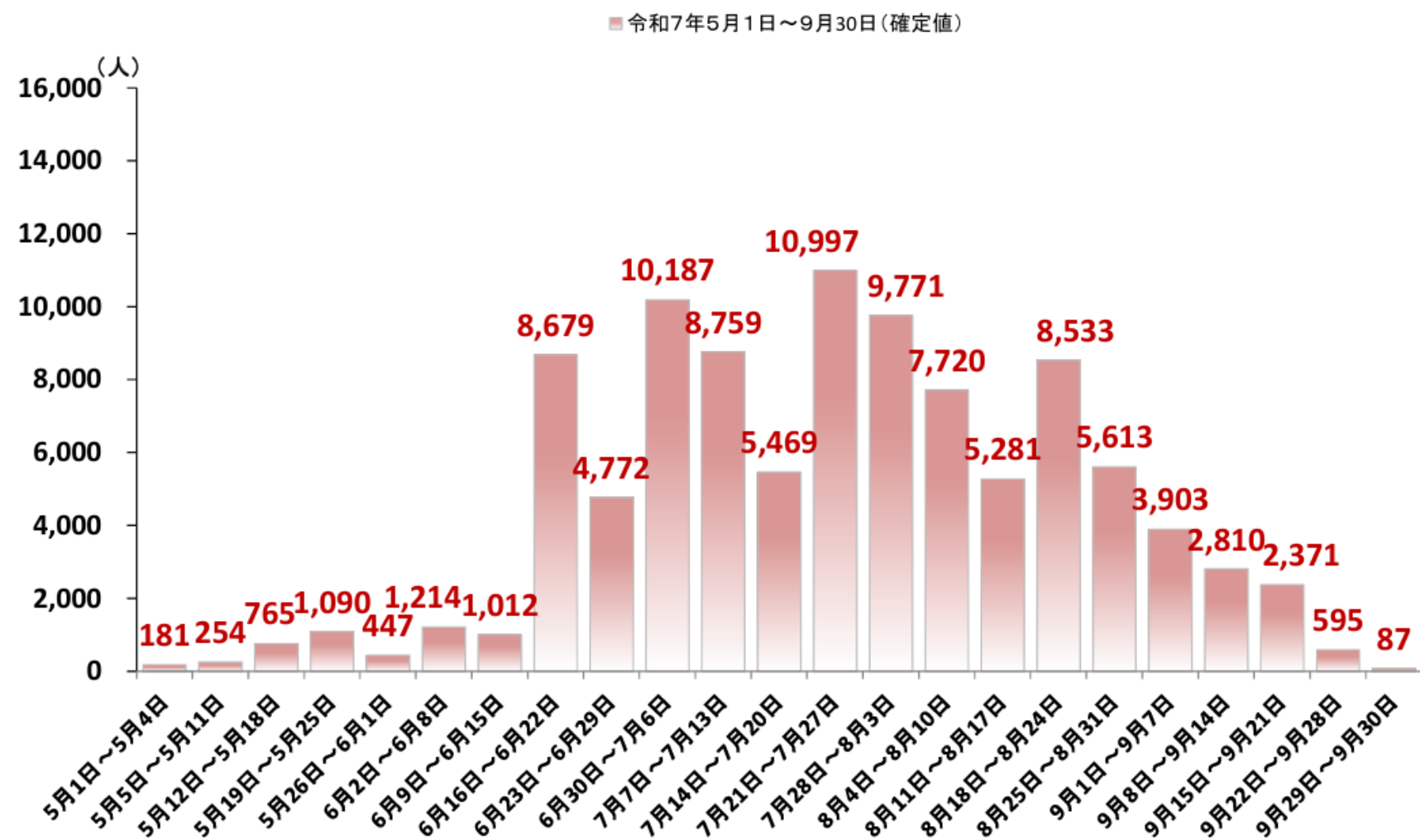
熱中症予防はする・みる・ささえる人みんなに必要！

スポーツを「**する人**」：選手

スポーツを「**みる人**」：保護者、観戦者、応援する人（例：吹奏楽）

スポーツを「**ささえる人**」：指導者、スタッフ

熱中症による救急搬送状況（令和7年）



- 暑熱順化できていない**6月**と、猛暑の**7～8月**熱中症搬送が一時的に増える。

◆熱中症のリスクマネジメント 暑さに慣れる（暑熱順化）

暑熱順化できている人

- 皮膚の血流量が増えて、熱放散しやすい。
- 体温が低い状態で運動を開始できる。
- 体温が低い状態で発汗できる。
- 汗の塩分濃度が薄くなり、汗の量も増える。

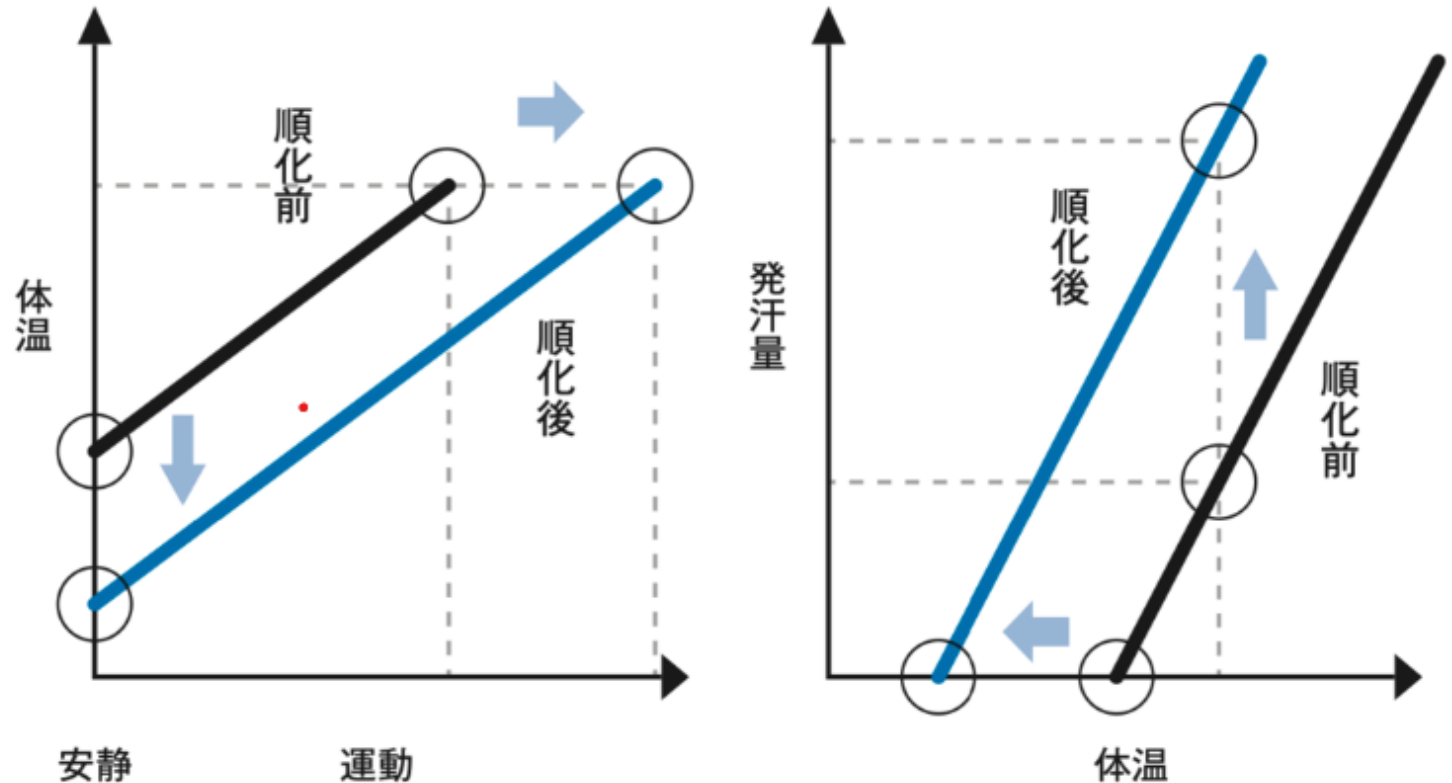
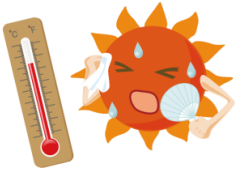


図20 暑熱順化による主な体の変化
(Périardら, 2015)

◆熱中症のリスクマネジメント アイススラリーによる身体冷却



- 暑熱下の持続的運動は、運動時間の経過とともに深部体温を上昇させる。
このとき、必要以上に呼吸も増加し、脳血流量の減少を招く。
- そのため、暑熱下における運動パフォーマンス低下や熱中症発症に繋がるとされている。



- シャーベット状の氷飲料である「**アイススラリー**」を暑熱下の持続的運動前に摂取すると、常温の同飲料を摂取した場合と比較して、運動中の深部体温が低下する。さらに、換気量が減少し、脳血流量指標が増加する。加えて、持続性パフォーマンスも向上する。（※一部、胃腸障害＜腹痛や下痢＞でパフォーマンスが向上しない場合もあり。）

【出典】藤井直人（2025）「アイススラリー摂取は暑熱下運動中の過換気や脳血流量の減少を軽減する」筑波大学ジャーナル（2025年2月6日）。

【出典】AKIRA KATAGIRI・SYUNTARO KAWAI・TAKESHI NISHIYASU・NAOTO FUJII(2025)「Ice Slurry Mitigates Hyperventilation and Cerebral Hypoperfusion, and May Enhance Endurance Performance in the Heat」Medicine & Science in Sports & Exercise 57(7):p 1488-1500.

◆熱中症のリスクマネジメント アイススラリーの身体冷却効果

- アイススラリーの摂取は、常温のスポーツドリンク摂取の比べて深部体温を低下させる（図1）。加えて、脳温も低下させる（図2）。
- 暑熱環境下では、深部体温の上昇によって身体機能の他に注意力や集中力といった状況判断能力が低下する。アイススラリーは深部体温の低下に加え、認知機能の低下抑制にも関与する可能性が示唆されている。

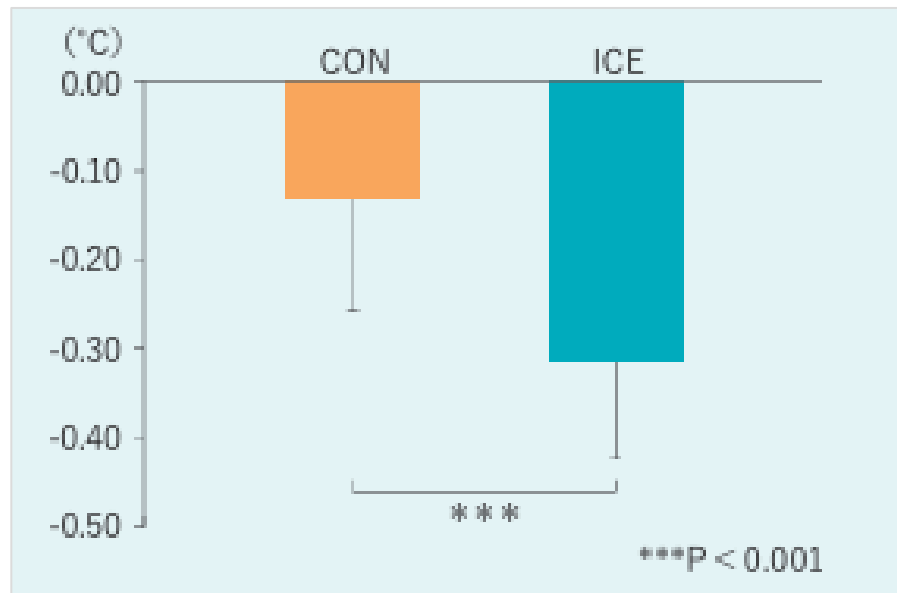


図1 直腸温の変化 (Onitsuka,2018)

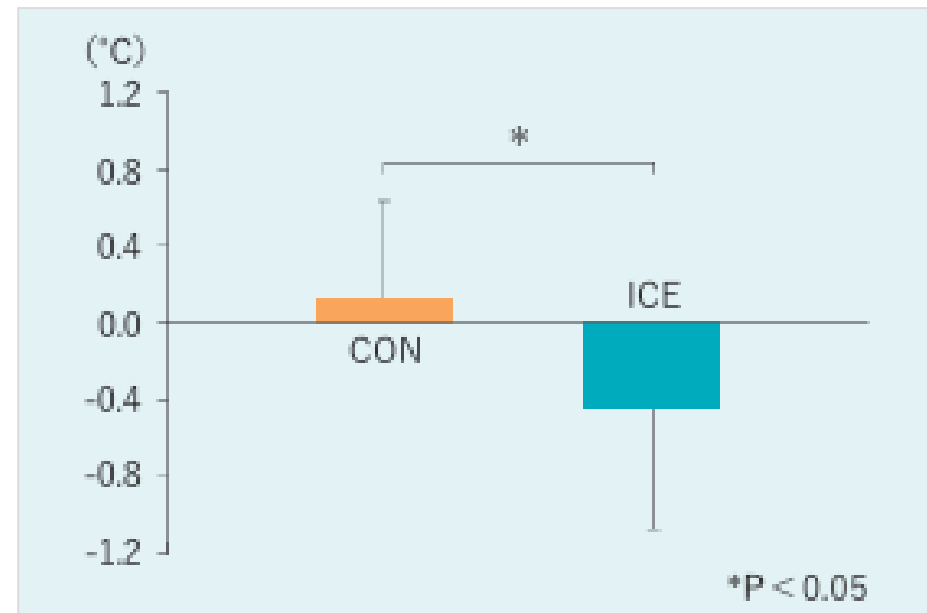


図2 脳温の変化 (Onitsuka,2018)

【出典】国立スポーツ科学センター（2020）「競技者のための暑熱対策ガイドブック【実践編】」（[競技者のための暑熱対策ガイドブック.indb](#)）

【出典】Onitsuka et al.(2018) 「Ice slurry ingestion reduces human brain temperature measured using non-invasive magnetic resonance spectroscopy」, Sci Rep, 8(1): 2757.

◆熱中症のリスクマネジメント アイススラリーの作り方

- 氷とスポーツ飲料や選手オリジナルのドリンクを市販のミキサーにかけて、アイススラリーに近いクラッシュドアイス（図1）を作製することができる。
- クラッシュドアイスでもアイススラリーと同程度の冷却効果があり、氷の粒をより細かくするとさらに冷却効果が上がる。



図1 クラッシュドアイスの作製例（国立スポーツ科学センター,2020）

◆熱中症のリスクマネジメント 手掌前腕冷却 (しゅしょうぜんわんれいきゃく)

- 手は血管が豊富で熱を外に放出しやすい。
- 10度～15度の冷水につける。
- 両手の方が冷却効果は高い。
- 運動前、運動中、運動後いずれも効果あり。研究結果では、特に運動中での使用が有効とされている。

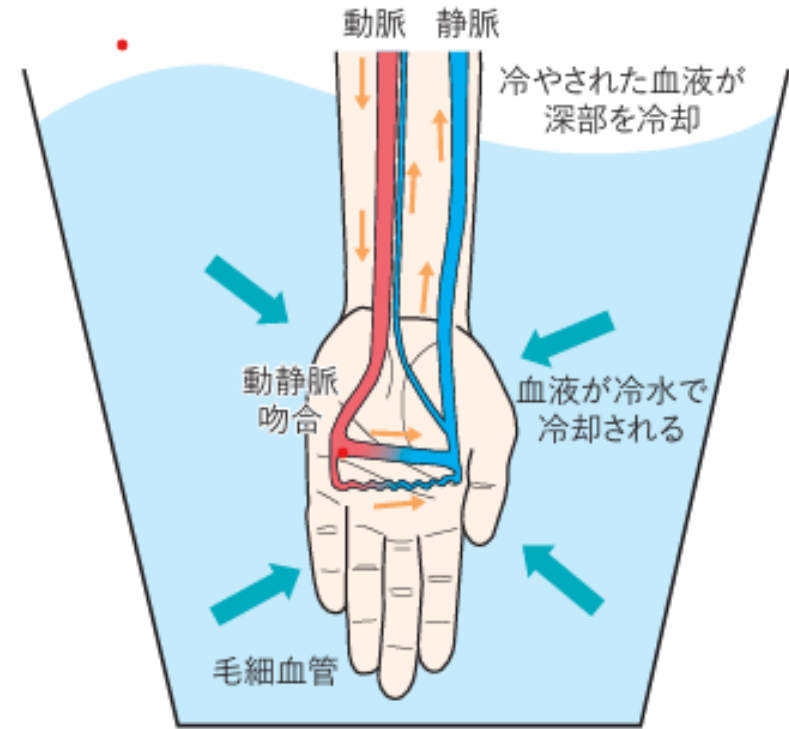


図1 手掌前腕冷却
(国立スポーツ科学センター, 2020)

◆熱中症のリスクマネジメント 計画的な身体冷却・水分補給計画



身体冷却・水分補給の実施については、実施する**タイミング**も非常に重要である。身体冷却・水分補給のタイミングは以下3つのタイミングに分けられる。

1. 運動前（プレクーリング）

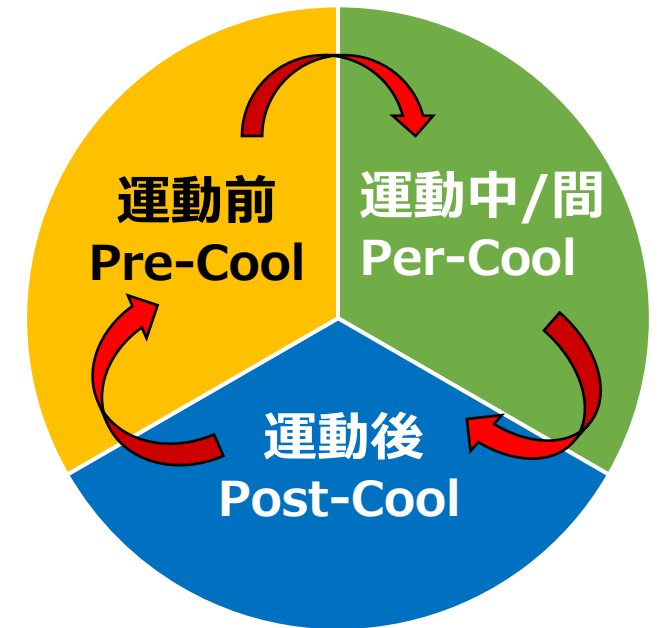
→練習開始前、会場到着、ウォーミングアップなど

2. 運動中/間（パークーリング）

→練習開始、練習中、試合開始、ハーフタイムなど

3. 運動後（ポストクーリング）

→練習後、試合後など



熱中症の症状がみられる場合の対応



◆熱中症のクライシスマネジメント 熱中症が起きた場合の対応

1. 意識の確認



→熱射病かどうかをまず確認する。

→意識がなければ救急車を要請しAEDで対応する。（例）呼びかけに応じない

2. 症状の確認

（例）筋けいれんなど

3. 水分が摂取できるか

→水分が自力で摂取できなければ病院へ受診させる。

4. 症状が改善しているか

→症状が改善しなければ病院へ受診させる。

◆熱中症のクライシスマネジメント 熱中症発生時の重要な救急対応ポイント

1. 速やかに**身体を冷やす**こと

- ・ 空調の効いた部屋や日陰へ移動する
- ・ 冷水や流水、アイスタオルを用いた身体冷却

2. 速やかに**水分を摂取**すること

- ・ 冷えた経口補水液やスポーツドリンク

◆熱中症のクライシスマネジメント 冷水・流水による身体冷却

【冷却ポイント】

- 深部体温を**できるだけ早く冷却**する。
- **冷却面積**を大きくする。

- アイスバスに冷たい水や氷水を用意し、できるだけ体の大部分を浸けて全身を冷やす。
- アイスバスが無い場合、ホースなどを使用して全身に流水をかけ続けることで深部体温を下げる。できる限り冷却面積を大きくする。
- 流水のみでは冷却効果は不十分のため、アイスタオルや送風と併用する。



写真 アイスバスに浸ける冷却法
(株式会社ワン・ステップHPより画像引用)

- 深部体温を**できるだけ早く冷却**する。
- **冷却面積**を大きくする。

◆熱中症のクライシスマネジメント

TACO法 (Tarp Assisted Cooling Method)

- **準備**：ブルーシート、氷、水を用意する。
最低5人以上の救助者が必要。
- **患者の配置**：患者を慎重にブルーシートの上に転がします。
- **冷却**：氷と水を上にかけ、ブルーシートを前後に揺らして冷水を全身に行き渡らせます。これにより体表面からの熱放散が促進されます。
- **深部体温の管理**：可能であれば直腸温計で中心体温を測定し、**39℃以下**になるまで冷却を続けます。冷却中は氷を追加して水温を維持し、バイタルサインを定期的を確認します。



◆熱中症のクライシスマネジメント 熱中症発生時の水分摂取

経口補水液

- 一般的なスポーツドリンクより電解質濃度（ナトリウムやカリウム）が3～4倍多く、素早く吸収できるように配合されている。
- スポーツドリンクと比べて糖濃度が低い（水と電解質の吸収促進）。
- 軽度から中等度の脱水症には最適。
- 普段の水分補給として飲むものではない。



熱中症への対応

熱中症を疑う症状

- ★ めまい・失神
- ★ 四肢の筋や腹筋がつり、筋肉痛が起こる。
- ★ 全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛等が起こる。
- ★ 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



水分摂取ができるか

水分塩分を補給する

- スポーツドリンク
あるいは経口補水液等を補給する。
- 熱けいれんの場合は食塩を含んだ飲み物や生理食塩水(0.9%)を補給する。



症状改善の有無

経過観察
(当日のスポーツ参加はしない。)

熱中症を疑う症状

意識障害の有無

質問をして応答をみる

- ここはどこ？
- 名前は？
- 今何をしてる？

なし

- ★ 応答が鈍い。
- ★ 言動がおかしい。
- ★ 意識がない。
- ★ ペットボトルの蓋を開けることができない。等

あり
(疑いも含む)

119番通報



すぐに救急車を要請し、同時に体を冷やす等の応急手当を行う。

涼しい場所に運び、衣服をゆるめて寝かせる。
涼しい室内への避難

身体冷却

救急車到着までの間、積極的に体を冷やす。

効果的な冷却方法

- ① 氷水・冷水に首から下をつける。
- ② ホースで水をかけ続ける。
- ③ ぬれタオルを体にあて扇風機で冷やす。

※ 迅速に体温を下げることであれば、救命率が上がります!!



病院へ！



熱中症予防と対策まとめ

1. 暑さに慣れること（暑熱順化）
2. 身体を冷やすこと
3. 水分摂取をすること
4. 熱中症が起きた時に備え、指導者のみならず、生徒も対応方法を理解し準備しておくこと。

熱中症予防と対策まとめ～指導者・設置者編～

1. 指導者は、当日の自然環境（気温・WGBT）、生徒の体調を確認し予防策を講じること。
2. 指導者1人ではなく、複数のスタッフで予防策を講じること。
3. 指導者は、熱中症の予防法と応急処置を覚えること。
4. 前年度から校長等の管理職と相談し（熱中症対策委員会を設置）、夏季スケジュールを把握した上で熱中症対策の予算を立てること。
5. 指導者自身と生徒たちの健康な身体と精神状態を保つこと。

第1部 講演

3. スポーツ活動における重大事故傾向と対策

(1) スポーツ活動における重大事故傾向①

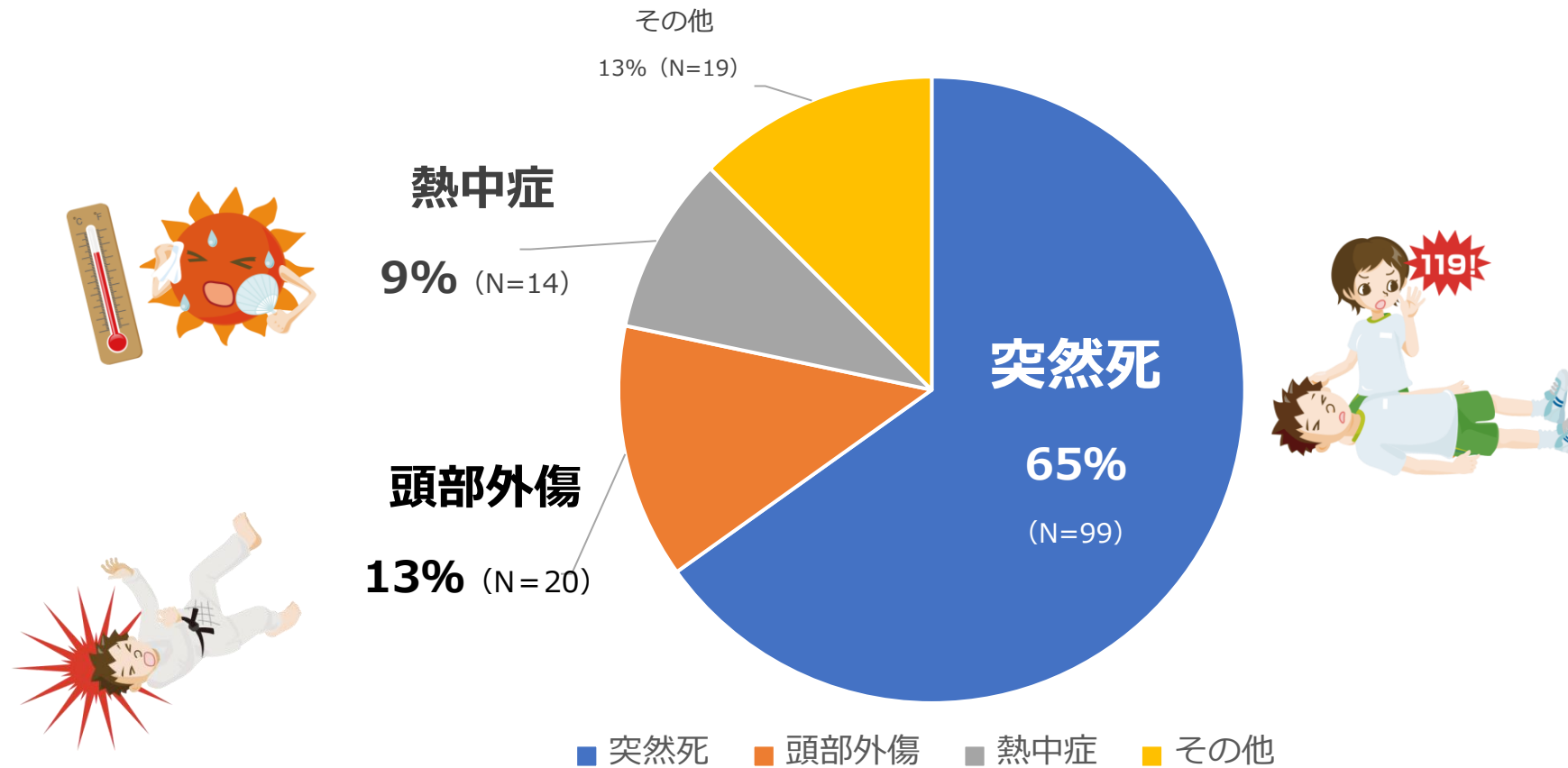


図1 中学・高校の体育的活動中における重大事故
(N = 152件, 2007年度 – 2018年度)

(1) スポーツ活動における重大事故傾向②

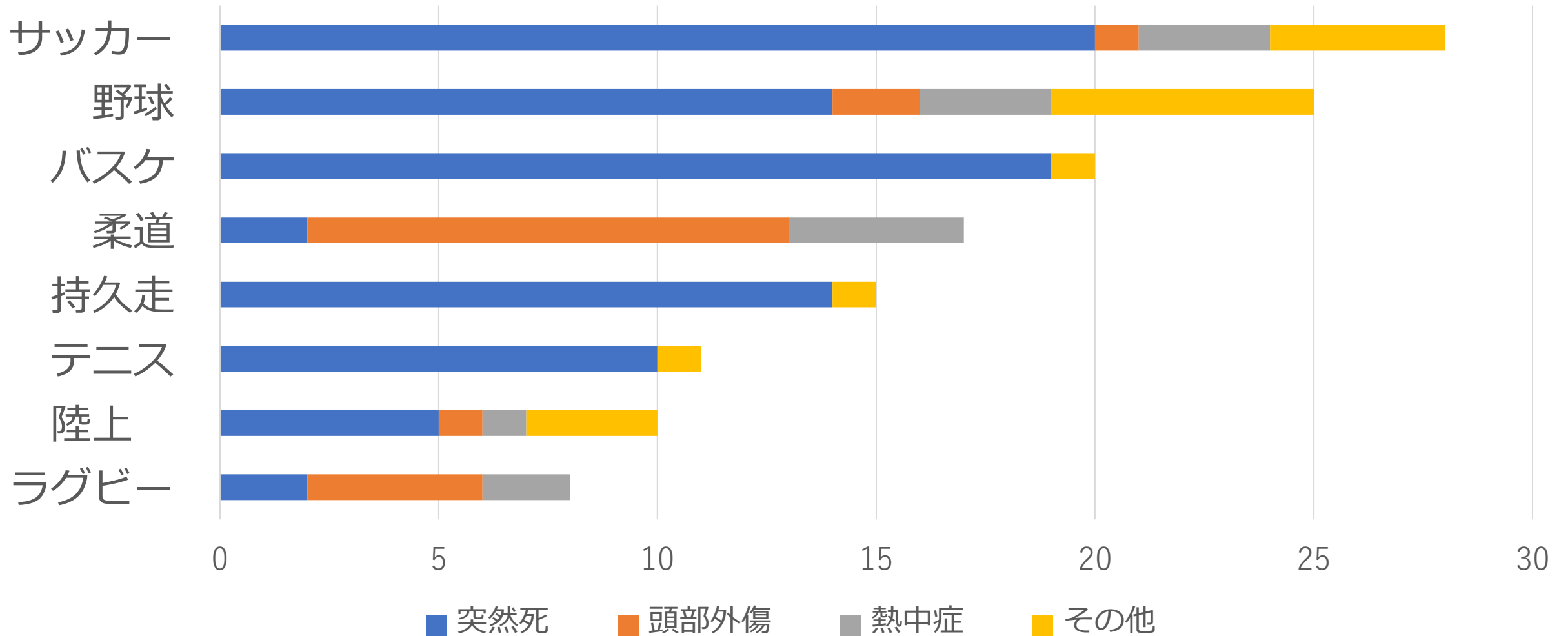


図2 中学・高校の体育的活動中における種目別事故傾向（N＝134件、2007年度－2018年度）

【出典】日本スポーツ振興センター「学校の管理下の災害」の2007年度～2018年度の統計資料から集計し、筆者作図

(2) スポーツ活動における突然死の傾向

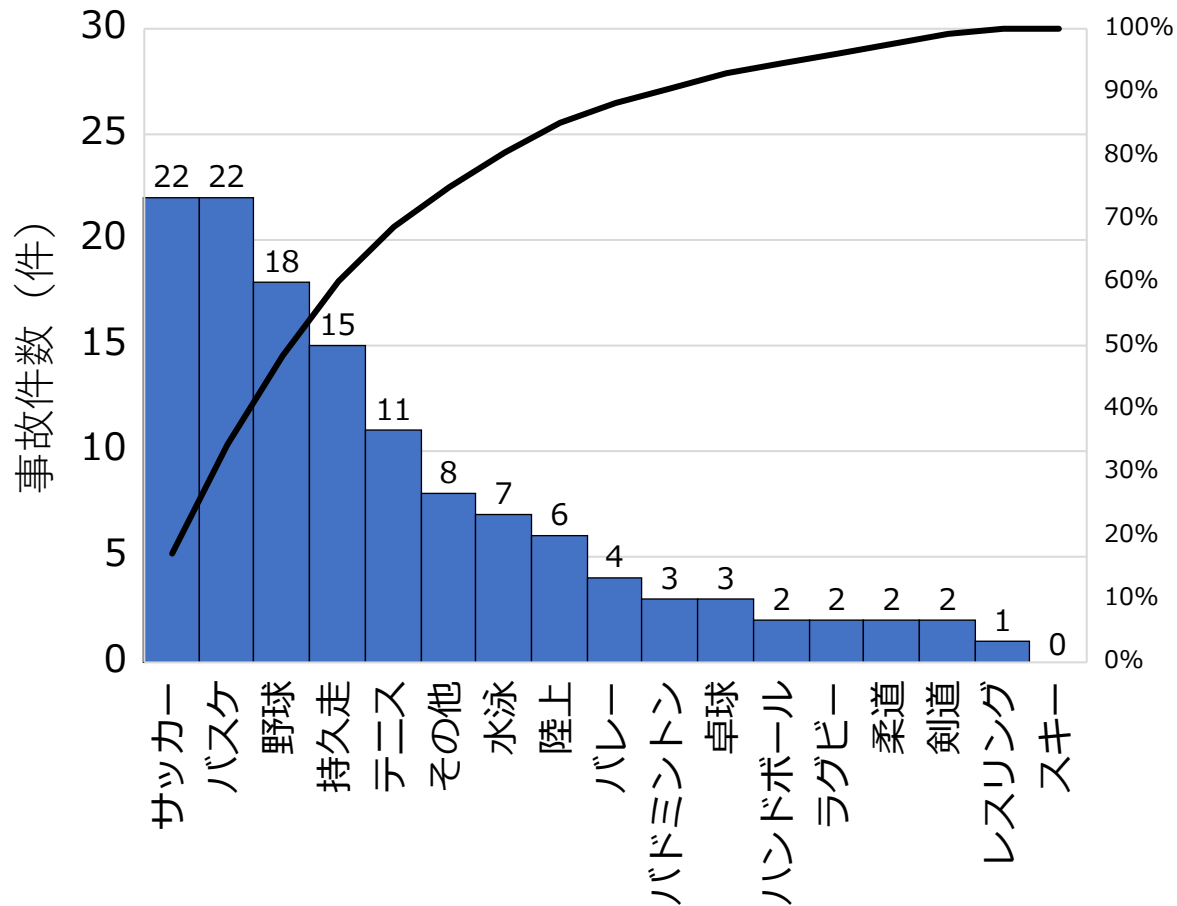


図1 中高の種目別突然死の事故件数
(2008-2020)

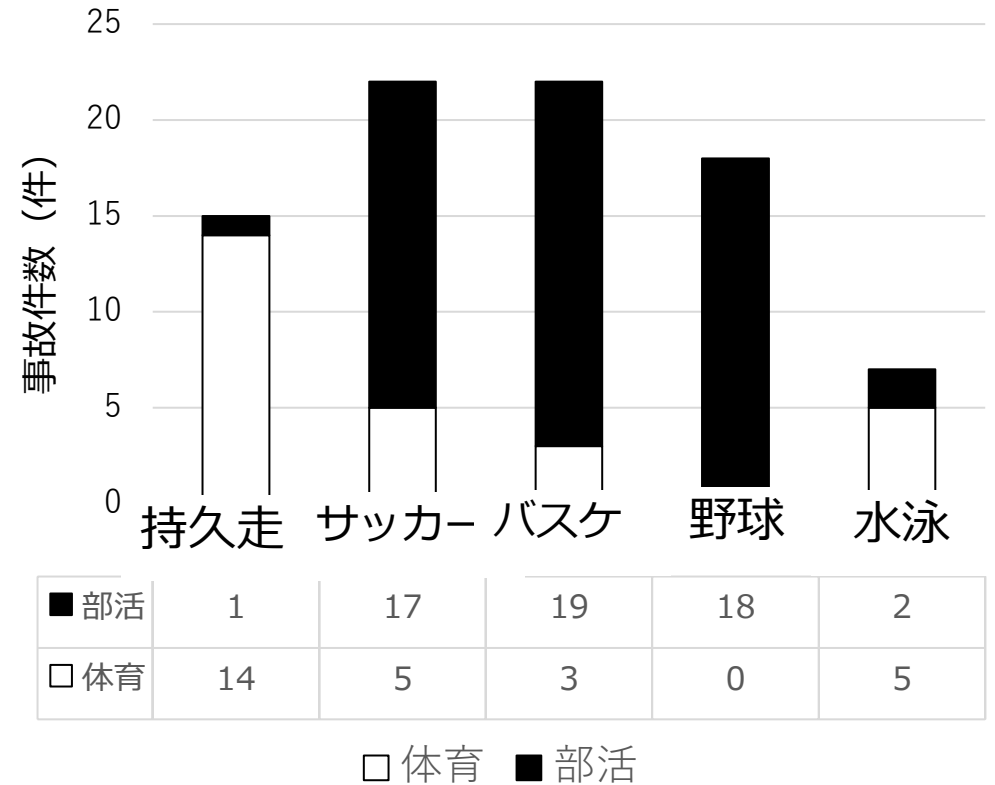
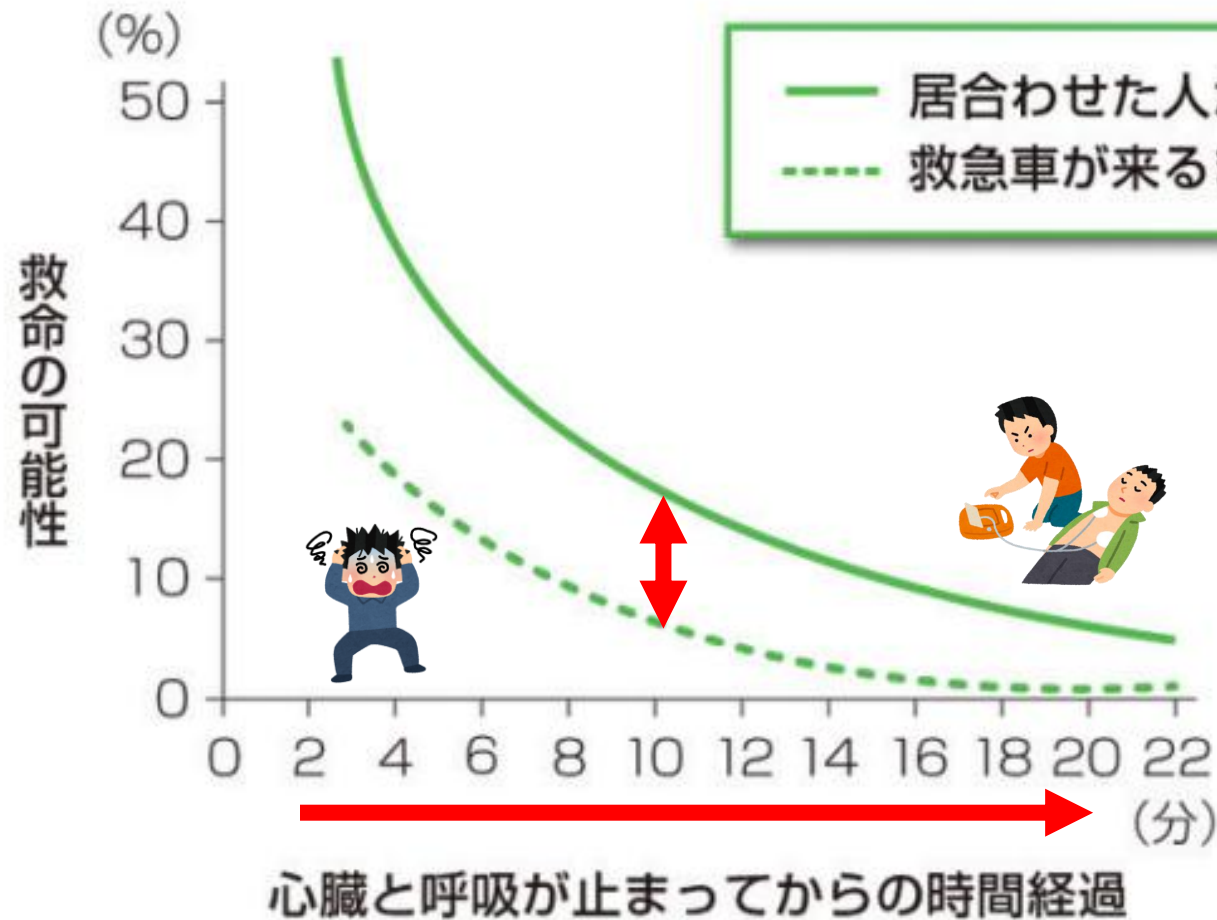


図2 中高のスポーツ活動中突然死の事故件数
(2008-2020)

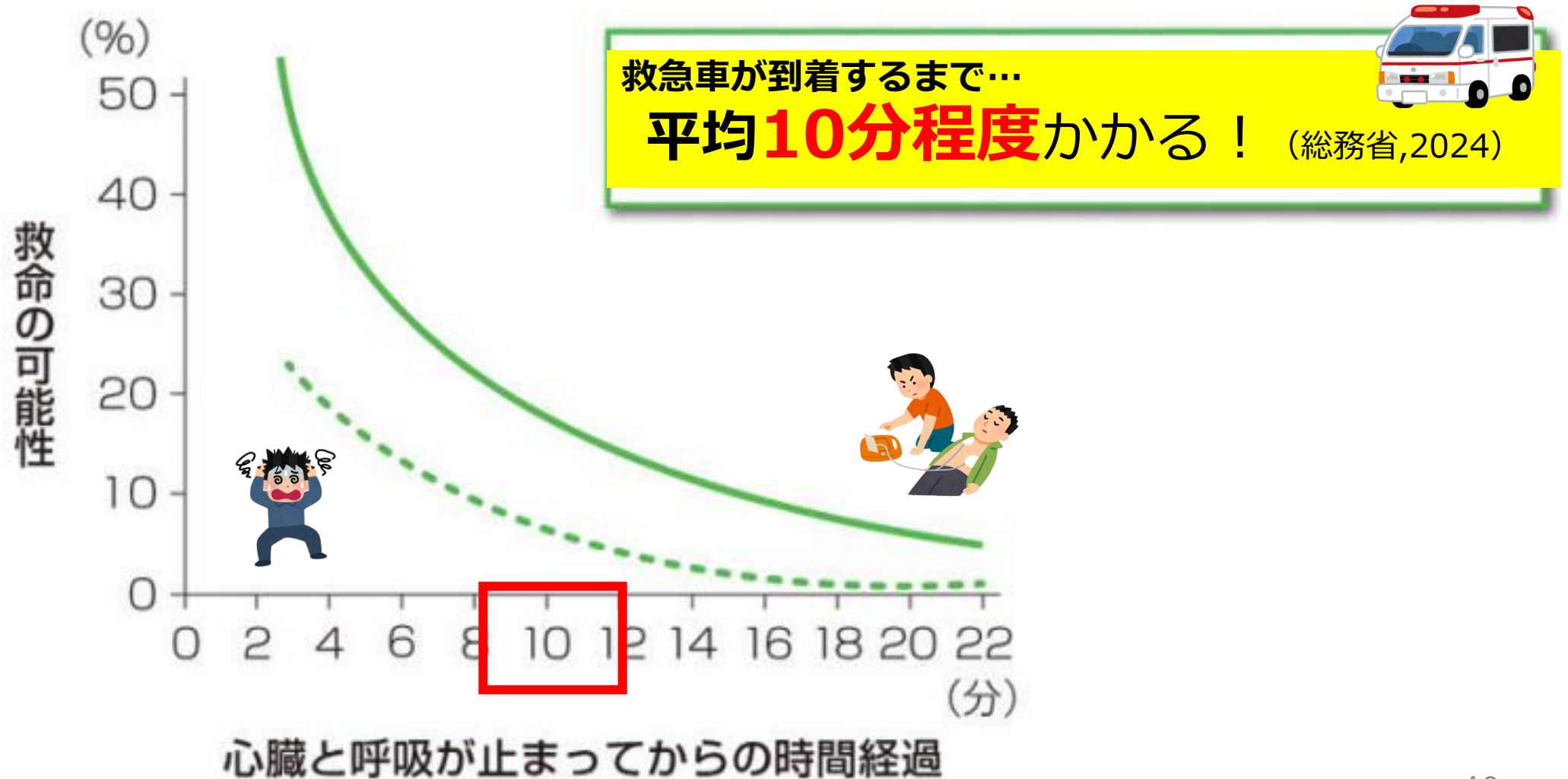
心停止経過時間と救命可能性の関連



【特徴】

- 時間が経つほど救命可能性は**低下**する。
- 居合わせた人が救急車到着までに**救命救急**をすれば、救命可能性が**高まる**。

(例) 熊本市総合体育館に救急車が到着するまで何分？



救急車が到着まで何をしたら良い？



救急車が到着するまで…

救命救急（心肺蘇生法） って具体的に何をするの？



胸骨圧迫
(CPR)



AED

AEDの役割



- 倒れた人は、心臓の筋肉がけいれんをしたような状態（心室細動）で、全身に血液を送るポンプ機能を失った状態になっている。
- 心室細動の唯一の治療方法が、除細動器（AEDを含む）で**電気ショック**を与えることだと言われている。
- 1か月後の救命率は、蘇生を受けないと6.6%、^{AEDの電気}ショックを受けると50.3%になる。

【課題】

日本のAED設置率は世界一といわれているが、AED使用率は4.3%（総務省, 2022）



AEDよりも救急車の到着が早い、AEDを使用することへの恐怖など様々な理由

救命対応別の1か月後生存率

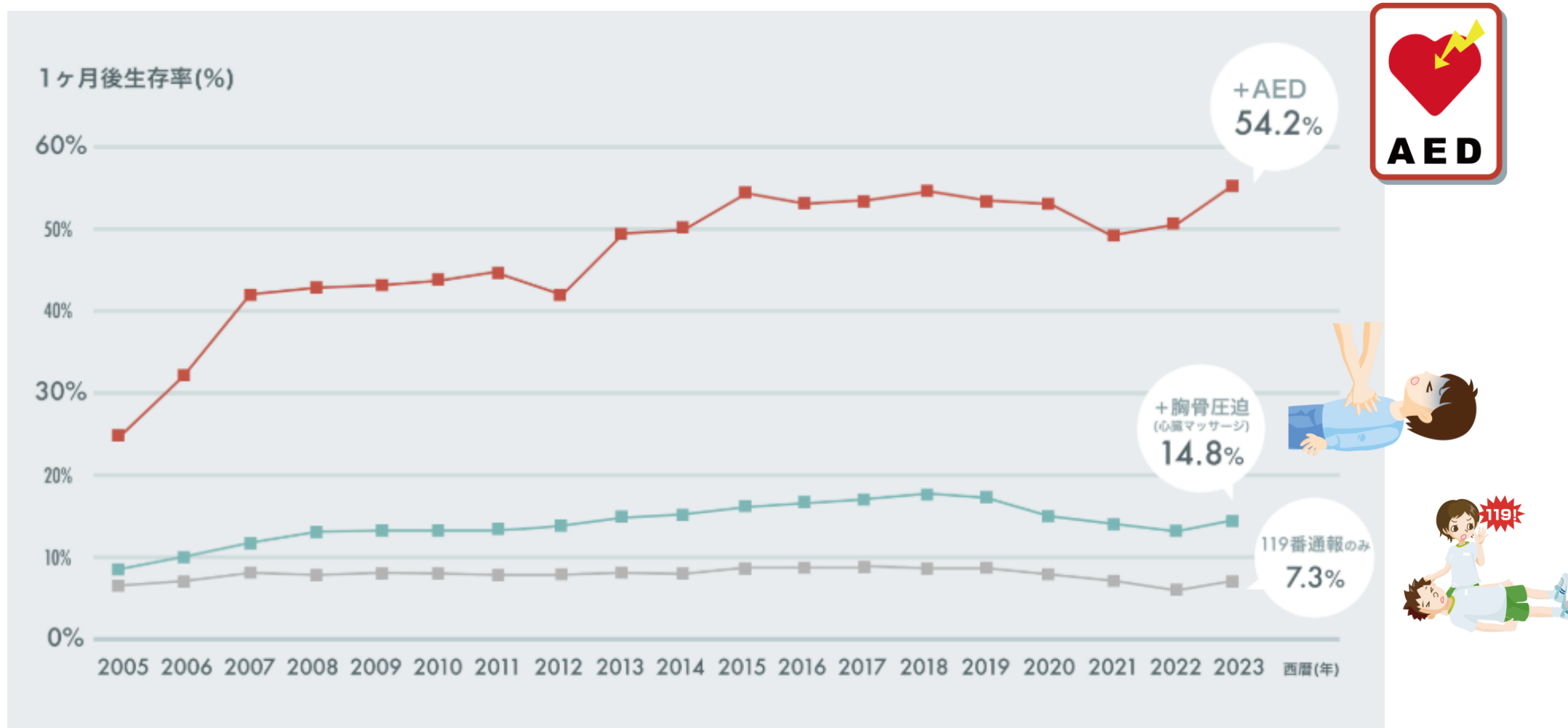
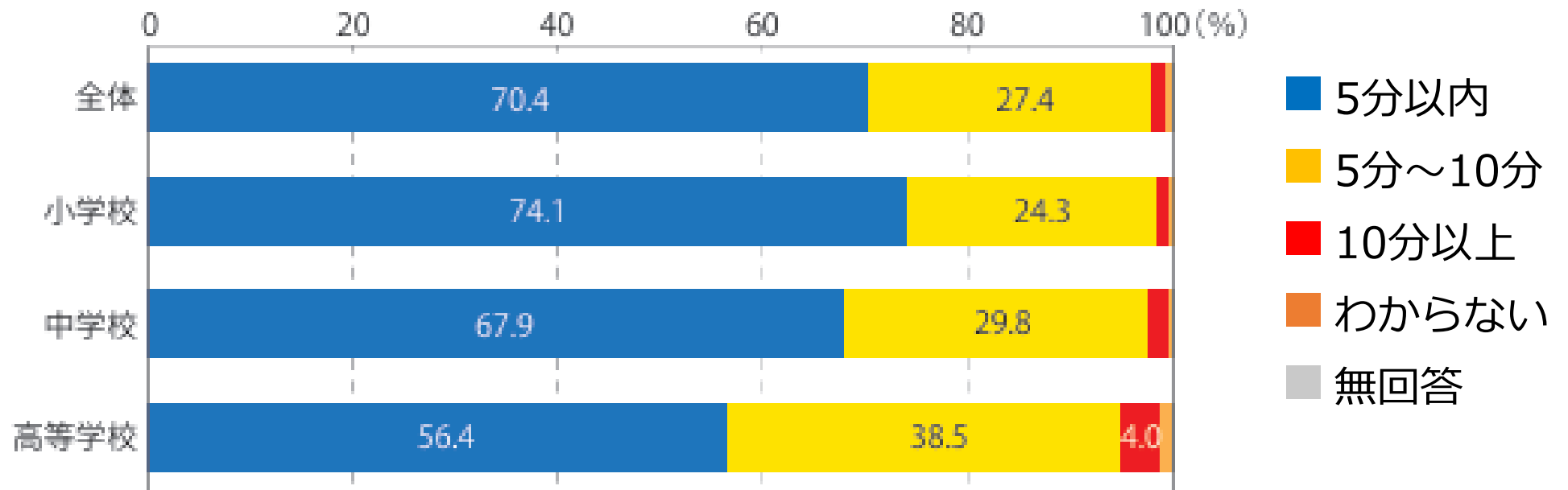


図1 対応別の1か月後生存率（「総務省令和6年版救急・救助の現況」をもとに日本AED財団作成）

AEDの設置ポイント

- 倒れてから**3分以内**に電気ショックを行うことが可能な配置が理想。
- どこで倒れても**片道1分**程度でAEDにアクセスできる配置が良い。



「AEDが設置されているところから校内の一番遠いところまで何分で往復できますか。」への回答

AED 設置ポイント例

- 人目につきやすい場所
(表示、誘導も重要)
(例) 玄関ロビー、職員室・
保健室近くの廊下

- 休日や夜間に行われる
部活動時などにも
アクセス可能な工夫

- 運動関連施設からの
アクセスの良い場所
(例) グラウンド、プール、
体育館

- 運動会等の学校行事、
部活動等で学校を離れ
る際の工夫
(例) イベント実施場所近くへの
AEDの移動、レンタルの
活用

AED設置ポイント

- 運動関連施設から
2分以内に届けら
れる場所
- 休日や夜間に行わ
れる部活動でもア
クセス可能な工夫
- 人目につきやすい
場所
- 持ち運びAEDの活
用

(3) 柔道のリスクマネジメント

○柔道による死亡事故は
初心者に多い

- 受け身の習得ができていない
- 技能・体格差の考慮不足

○**柔道固有の動作**（投げ技・受け身）での死亡事故が多い

- 取り扱う技の考慮
- 投げた後引き手（袖を握る方の手）を離さない

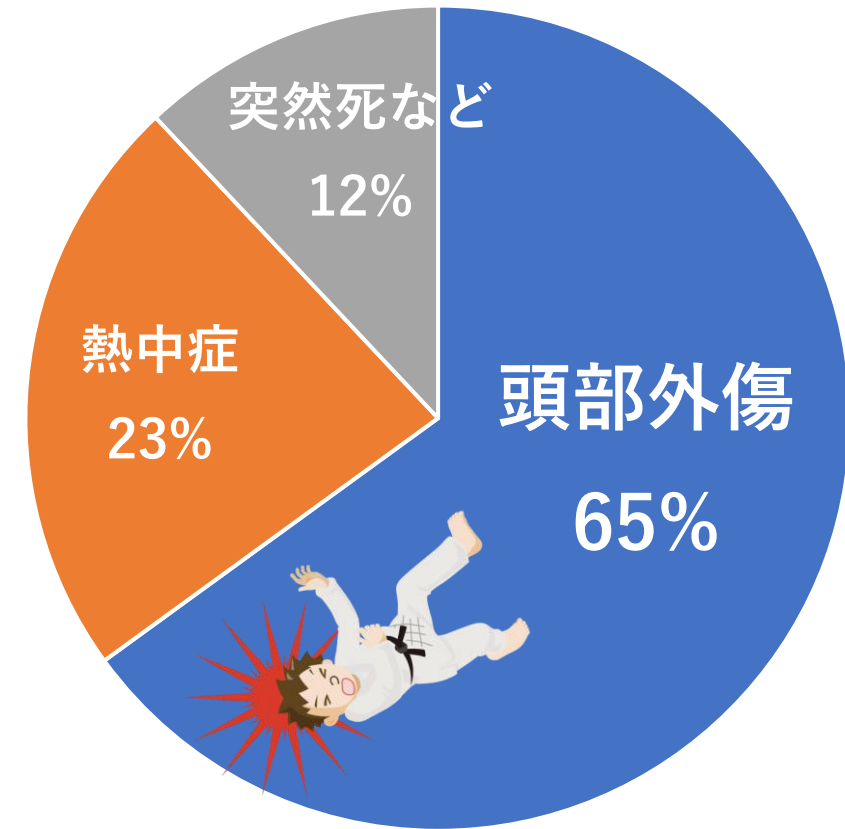


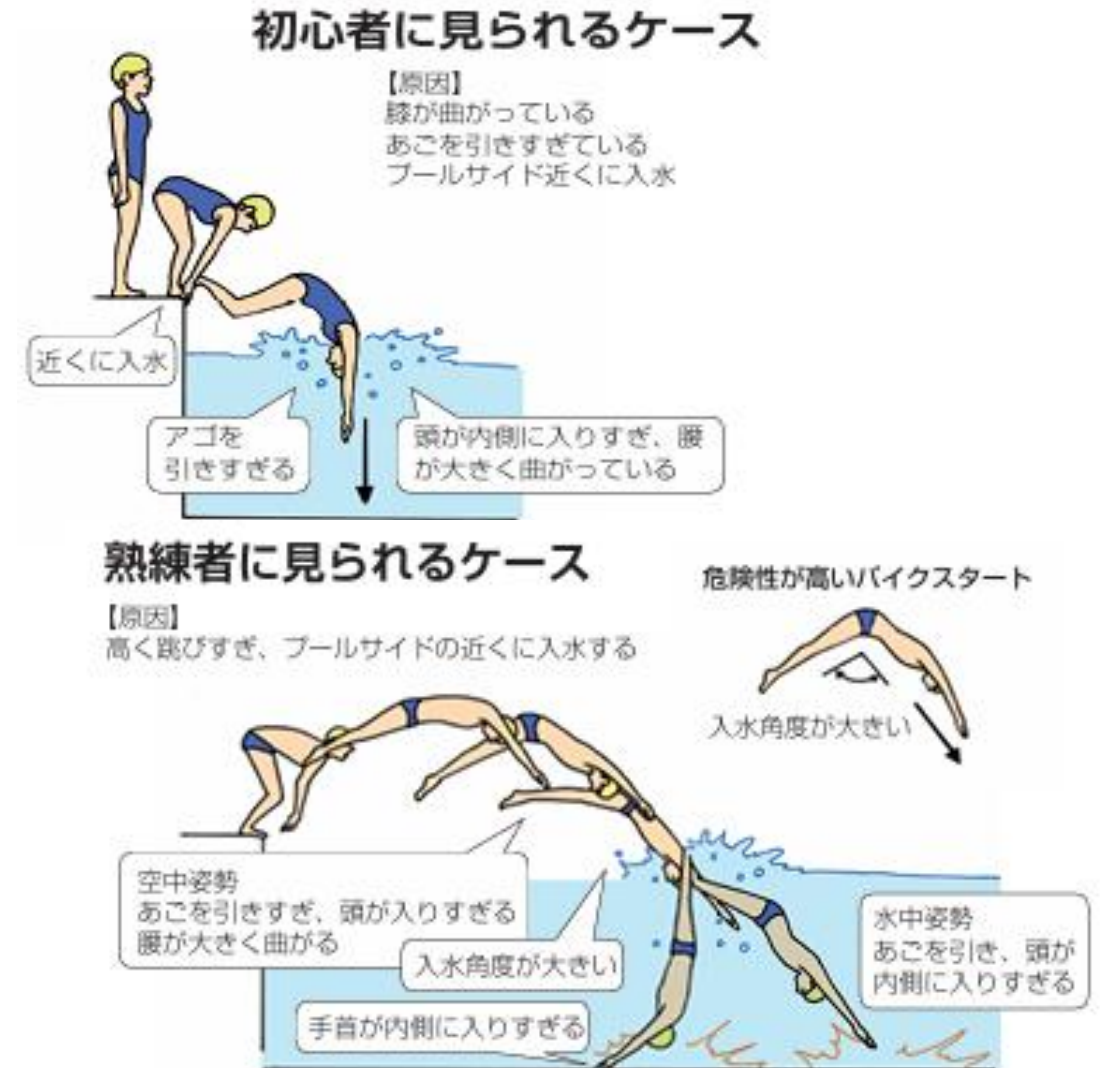
図1 柔道による死亡事故
（中学校・高校の2008-2017年度の死亡事故,N=17）

(4) 水泳事故のリスクマネジメント

1983～2014年度までの
飛び込み重度障害事故は**172件**

- プールの**水深**に注意する
→小学校体育・中学校体育は飛び込みを全面禁止。水中からのスタート。

- **入水角度**に注意する
→技術指導の徹底



(5) 持久走・長距離走のリスクマネジメント

- 持久走、長距離走では、体育授業での**突然死**が多い。
- **走り慣れていない生徒**に突然死のリスクが高い。
- 健康観察、段階的指導、無理を強いて走らせない、追い込まない。

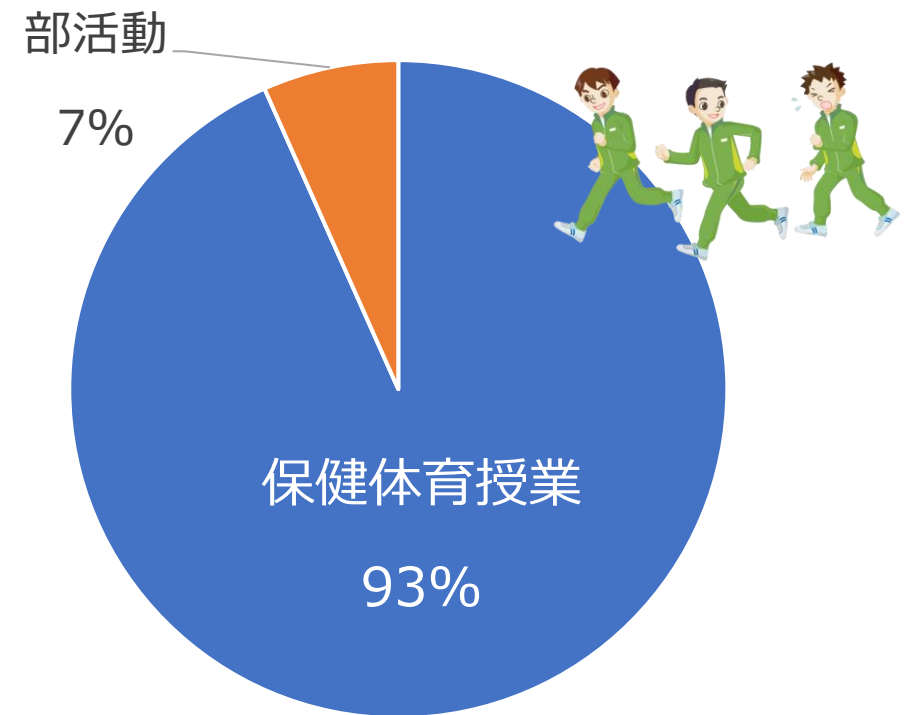


図1 持久走・長距離走の突然死
(2008-2017年度)

(6) ゴール転倒等のリスクマネジメント

- ゴール等に起因する災害事故は、3年間で3,791件発生している（H25年度-27年度）。
- ゴール等に「**ぶら下がり**」「**跳びつく**」は絶対ダメ。「**強風**」でも倒れる。転倒防止のため重りや杭で固定する。
- 「移動」「設置」は指導者が立ち合い、全員で声を掛け合う。

要因別 学校種別	1 運搬中 落とす、 はさむ	2 サッカー 以外で ぶつかった	3 サッカー中 ぶつかった	4 ネット	5 ぶら下がっ て落ちた	6 風以外で 倒れた	7 風で 倒れた	8 ぶら下がっ て倒れた	9 ワイヤー	10 その他	合計
小学校	95	538	424	427	115	37	13	9	8	14	1,680 (44.3%)
中学校	739	184	249	195	110	40	46	27	8	11	1,609 (42.4%)
高等学校	152	42	102	62	36	5	14	11	6	2	432 (11.4%)
幼稚園・幼連 ・保育所等	3	18	6	14	8	8	0	13	0	0	70 (1.9%)
	989 (26.1%)	782 (20.6%)	781 (20.6%)	698 (18.4%)	269 (7.1%)	90 (2.4%)	73 (1.9%)	60 (1.6%)	22 (0.6%)	27 (0.7%)	3,791



(7) 落雷のリスクマネジメント

- 雷雲（入道雲のような積乱雲や頭上に厚い黒雲が広がる場合）は、**10分間**ぐらいで急成長し（全寿命はおよそ45分）、4～7kmの背丈のものが時速5～40kmという高速で移動する。そのため、いつ、どこに落雷が起こるか予測は困難である。
- どんなに遠くても、かすかにでもゴロツ（雷鳴）またはピカッ（雷光）を認識したら、すぐにでもグラウンド（屋外プールを含む：以下同様）に落雷する危険があると考えて対処しなければならないとされている。
- 人体そのものが電気を通すので、金属を身につけているかどうかということとは無関係に、落雷を受けることが実験的に証明されている。屋外スポーツの場合は、広大なグラウンドの中では人間が一番落雷を受けやすいので、死亡事故につながる危険性が高くなる。

 指導者は、「**早めの中断**」を判断し、生徒の安全のために試合・練習を止める。最後の雷鳴から**30分**経過を目安に「**スポーツを再開**」できる。

(8) 体育・スポーツ活動におけるリスクマネジメントの視点

具体的なリスクマネジメント	リスクの視点
(1)準備運動の工夫 (2)技術指導 (3)種目選択の工夫 (4)教材内容の工夫（ルール，人数，コートの工夫等） (5)運動の補助者をつける	運動様式 に関するリスク
(6)場づくりの工夫 (7)使用する用具の工夫 (8)用具・施設の点検 (9)自然条件への配慮	環境 に関するリスク
(10)健康観察 (11)学習規律 (12)動線指導 (13)子どもの技能・実態に合わせた指導（段階的指導・学習形態の工夫等） (14)用具の準備指導 (15)用具の使い方の指導 (16)子どもへの安全教育 (17)指導者の立ち位置 (18)指導・活動計画の明確化（活動前段階） (19)その運動に内在する危険性の予習（活動前段階）	子ども・指導者 に内在する要因に関するリスク

4. 指導者に生じるジレンマ ～リスクの低減と教育的意義の両立～

指導者に生じるジレンマ

- 指導者はリスクマネジメントの過程で、スポーツの**リスク**と**教育的意義**の狭間でジレンマを抱えやすい（村越,2008）
- スポーツのリスクマネジメントは、どの程度までリスクを取り除き、どの程度までリスクを許容するかという意思決定の連続である。

教育的意義

（例）教育的感動、達成感など
（例）「せっかく集まったけん」

リスク

（身体的・心理的リスクなど）

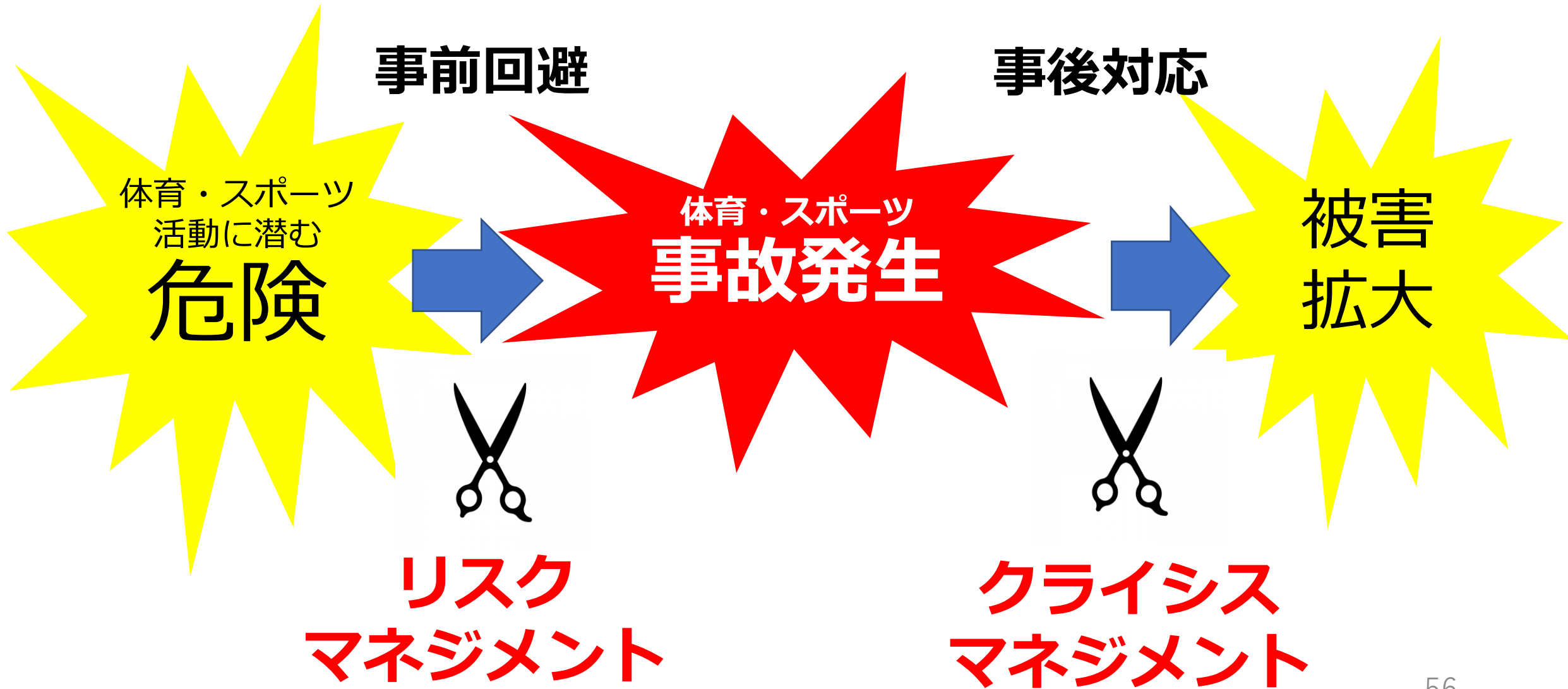
令和8年度 地域クラブ指導者研修会
2026年7月25日（土）14:00-16:00
オンライン講演会

令和8年度 地域クラブ指導者研修会
第2部 オンラインワークショップ

**今日からできるスポーツセーフティ
～緊急時対応計画（EAP）の作成～**

九州共立大学
スポーツ学部こどもスポーツ教育学科
中村 有希
(なかむら ゆき)

部活動の危機管理の考え方



緊急時対応計画（EAP:Emergency Action Plan）

- スポーツ施設において、スポーツを行う人すべてに安全で安心な環境を提供し、ベストなパフォーマンスを出してもらうため、施設やスポーツ団体側が事故の際「事前に対応計画を立てておくこと」を**緊急時対応計画（EAP）**という。
- EAPは、医療関係者が常駐していない場合でも、救護体制を構築できるよう事前に作成し、有事の際に最善の処置・対応を行えることを目的としている。
- EAPの目標は各スポーツ施設やスポーツ団体がEAPの必要性を理解し、各スポーツ現場におけるEAPを作成し、施設使用者・団体関係者すべてに掲示や周知の方法で**情報共有**することで、安心安全なスポーツ環境を提供し、事故の際に最善の結果を得ることである。

EAP作成に向けてのポイント

1. 救護上予期される傷病・外傷（スポーツ種目による特性を考慮）
2. 救護対応するために必要な関連情報や使用機材の準備
3. 救護対応するための必要な処置の実施要領
4. 最も近いAED配置場所の確認
5. 救急車の進入経路や傷病者の搬送方法と経路の確認
6. 最寄りの病院情報

EAP作成要領

1. 施設名、スポーツ名、健康管理室（電話番号）を書き込みます。
2. 責任者連絡先、各種連絡先の情報をわかる範囲で書き込みます。
3. 主な救護資機材を書き込みます。テンプレート記載内容は一例です。
4. 救急車要請時の案内図、線で囲まれた四角の中に試合会場もしくは、練習場所の地図を描きます。
5. 地図を描き終わったら、①救急車経路&停車位置、②救急隊搬送 経路、③A E Dの設置場所を書き込みます。
6. 救急車の停車位置から、試合場や練習施設までの導線を記入します。
7. 練習場所や試合会場に近い医療機関を記入します。
8. すべての記載が終了したら、入り口などの見えやすい場所にラミネート等を使用して掲示します

EAP作成してみましよう！（10分程度）

各スポーツ施設・団体の
緊急時の対応手順を記
載します。

各スポーツ施設・団体で
用意できている機材を記
入します

スポーツ施設や大会・クラブチームにおける 緊急時行動計画（EAP）

施設・大会・クラブチーム名

緊急時施設内連絡先TEL

—

—

()

緊急時以外：救護室TEL

—

—

()

傷病者対応フローチャート



第1優先連絡先

氏名

連絡先

第2優先連絡先

氏名

連絡先

各スポーツ施設・団体の
責任者などを記載します
(個人情報に配慮する)

対応に必要な資機材 一覧表

ファーストエイド(FA)応急手当キット一覧

- | | |
|---|--------------------------------------|
| ☐ 感染予防キット(手袋S・M) | ☐ 絆創膏 |
| ☐ ガーゼ | ☐ ハサミ |
| ☐ 三角巾 | ☐ ネックカラー |
| ☐ 包帯 | ☐ シーン |
| ☐ 固定テープ | ☐ スクープストレッチャー |
| ☐ AED | ☐ バックボード |
| ☐ タオル | ☐ アイシングプール |
| ☐ | ☐ 車いす |

①AEDや搬送機材設置場所 ②機材保管場所を記入

救護体制に関する基本情報

〔コーチ・指導者・非常勤・ボランティア等〕

役 職

(氏名) (連絡先))
(氏名) (連絡先))
(氏名) (連絡先))

近隣の医療機関情報

施設名 (科目) (連絡先))
(科目) (連絡先))
(科目) (連絡先))
(科目) (連絡先))

各スポーツ施設・団体の
緊急時連絡先を記入しま
す(個人情報に配慮する)

各スポーツ施設・団体の
近くの病院・医院などの
情報連絡先を記入します
(個人情報に配慮する)

競技会場、救急車導入、搬送に必要な情報

案内図 ①救急車導入経路 ②停車位置 ③傷病者搬送経路の導線も記入

各スポーツ施設・団体の
緊急時の搬送経路・救急
車の誘導口などを記載し
ます

各スポーツ施設・団体の
AEDの設置位置や資機
材の保管場所などを記載
します

迅速なAED使用

スポーツ救護の目標は、倒れてから**3分以内にAEDによる除細動**（電気ショック）を行うことです。そのためにはAEDを**2分以内に取り寄せられる体制**を構築する必要があります（頭部外傷・熱中症にも注意）。

<迅速なAEDの使用をするための確認ポイント>

- ☐ **最も近いAED**を確認する
- ☐ **AED設置場所表示シール**や**AED誘導標識**を活用し全体に周知する。
- ☐ 土日・夜間でも取り出しが可能な状態か確認する。
- ☐ 事故時に適切かつ確実に使用するため、日頃から**定期的にトレーニング及び点検**を行う

AED設置場所表示シールやAED誘導標識



AEDが設置されている場所に誘導できるように50m～100m間隔で設置しましょう。

（日本AED財団が推奨するJIS規格のAEDマーク）

AEDが設置されている場所にわかりやすく表示しましょう



AEDの設置場所**3**つのポイント

Point 1 **2分以内に届けられる環境に**

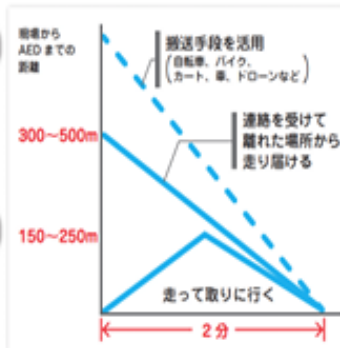
3分以内に電気ショックを行うには2分以内にAEDを届けられる環境に（電極貼付と解析充電で1分必要）

Point 2 **誰がどう届けるか事前に計画**

右図を参考にスポーツ現場のどこに何m間隔で合計何台のAEDを設置し、それを誰がどう届けるか事前に計画準備

Point 3 **選手・観客に周知する案内を**

AEDの設置位置を選手・観客に周知する位置案内表示を用意する



※位置案内表示の一例

K大学AEDマップ例



まとめ

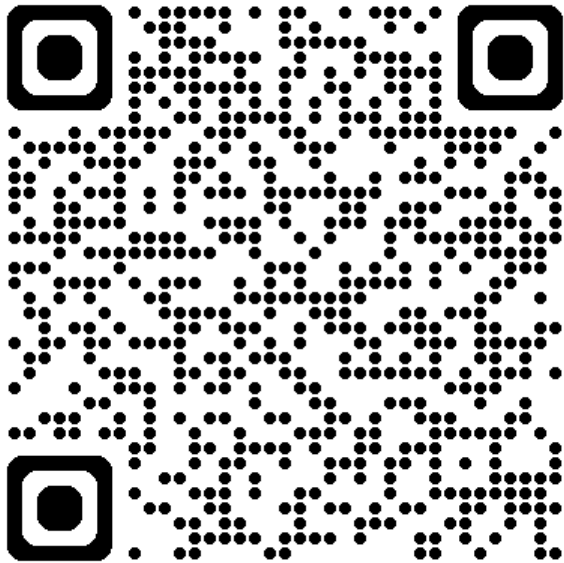
- 部活動指導者は、参加者の安全を保障する**法的責任**（安全配慮義務・注意義務）がある。
- 部活動の危機管理は、**リスクマネジメント**（事前回避）と**クライシスマネジメント**（事後対応）に分けられる。
- **緊急時対応計画（EAP）**は計画後に実践し、関係者で協議して定期的に見直す必要がある（PDCAサイクル）。

英語のことわざ

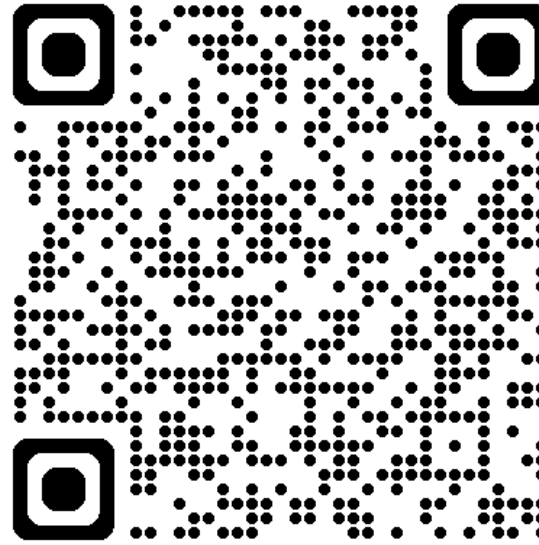
「Hope for the best and prepare for the worst（最善を望み、最悪に備えよ）」

明日使える資料集 1

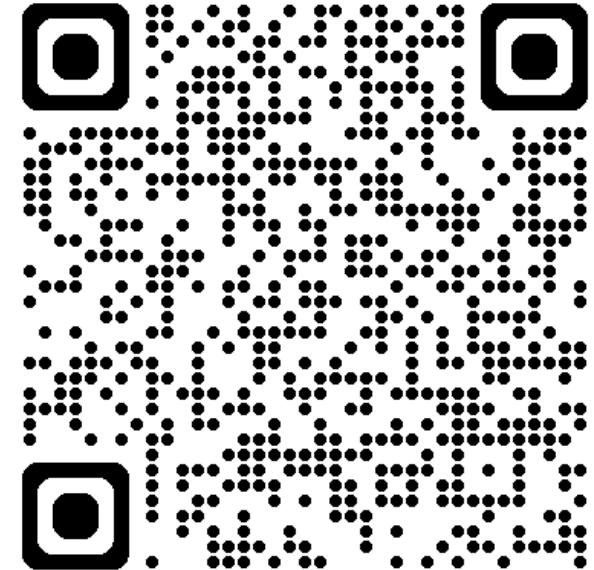
①



②



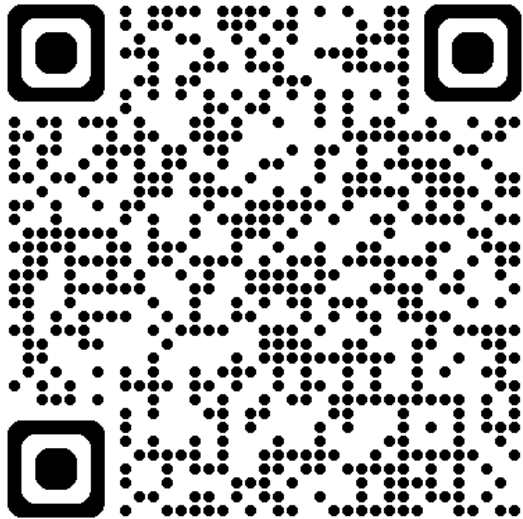
③



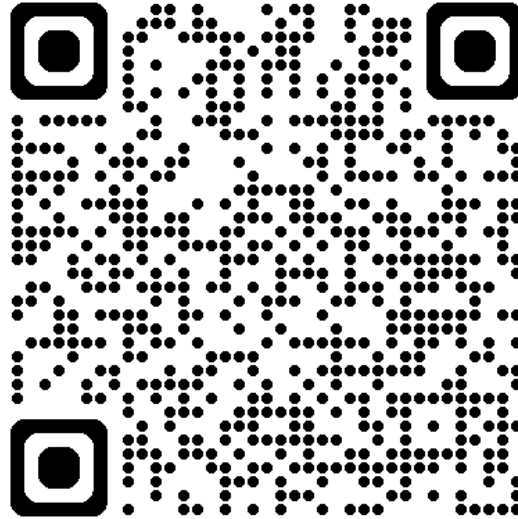
- ① スポーツ現場におけるEmergency Action Plan (EAP) (日本AED財団)
- ② 災害共済給付Web (日本スポーツ振興センター)
- ③ 場面別動画集 (日本スポーツ振興センター)

明日使える資料集 2

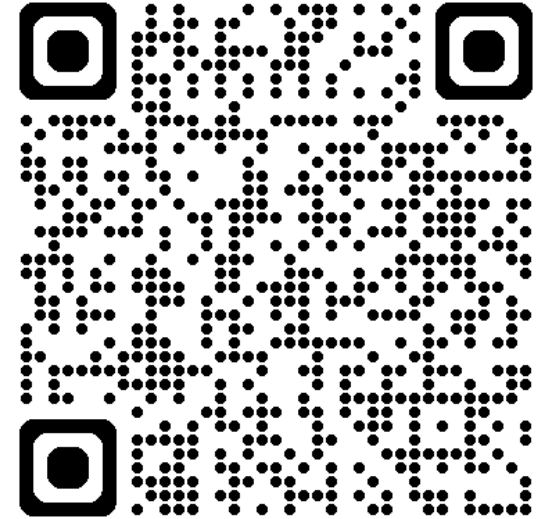
④



⑤



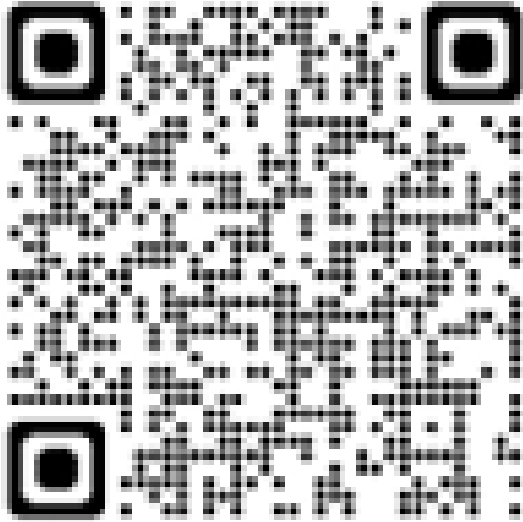
⑥



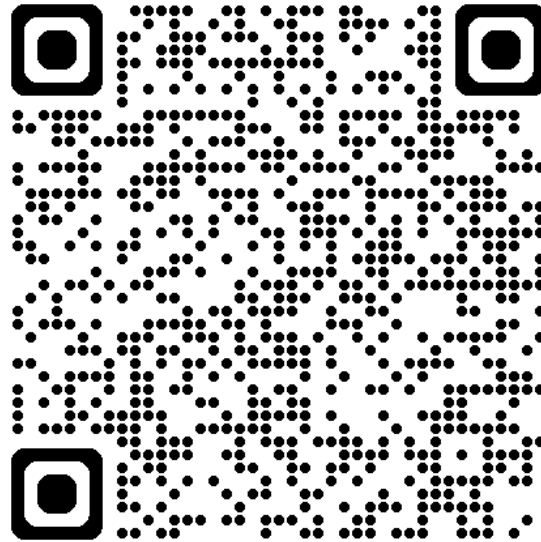
- ④ 救急蘇生法の指針2015 市民用（日本救急医療財団心肺蘇生法委員会）
- ⑤ 運動開始前のセルフチェックリスト（厚生労働省）
- ⑥ 落雷事故対策マニュアル（埼玉県体育協会）

明日使える資料集 3

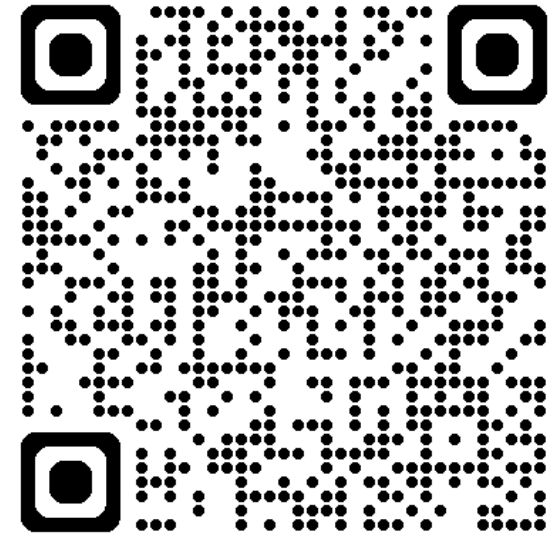
⑦



⑧



⑨



- ⑦ 「スタートの段階指導」および「プール水深とスタートの高さに関するガイドライン」（日本水泳連盟）
- ⑧ 学校における水泳事故防止必携〔2018年改訂版〕（日本スポーツ振興センター）
- ⑨ 柔道の未来のために 柔道の安全指導2023年第6版（全日本柔道連盟）