

武道・ダンス指導における安全対策

1 学校における危機管理の考え方について

武道を含む体育実技指導に限らず、学校教育活動における安全対策に対しては、安全の確保は、事故発生前、事故発生直後、事故発生後に分けて対策を立てておく必要がある。

このことは、新しい高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編第2部「体育」第2章「各科目」第1節「スポーツ概論」2「内容」(4)スポーツの指導法と安全で次のように示している。また、安全の確保の仕方については、人的な要因と環境に関する要因の両面から、事故を未然に防ぐための対応が求められる。

高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編 第2部 体育 第2章 各科目
第1節 スポーツ概論 2内容 (4) スポーツの指導法と安全

エ 参加者の安全の確保の仕方には、事故の原因や発生しやすい状況を理解し、事前に危険を予見し回避行動をとることで防止しやすくなること。また、安全の確保は、事故発生前、事故発生直後、事故発生後に分けて対策を立てておく必要があること。

高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編 第2部 体育 第2章 各科目
第1節 スポーツ概論 2内容 (4) スポーツの指導法と安全

<参加者の安全の確保の仕方の例示>

事故の発生原因は、活動者以外にその原因が認められる外的な要因と、活動者本人にその原因が認められる内的な要因があること。外的な要因には、環境的な要因と人的な要因があり、環境的な要因への対応には、活動地域、活動場所、活動時間などによって生じる天候や気温の変化に対して、雷などの発生を予見して危機回避をすること、熱中症に対する予防をすることなどが考えられること。人的な要因への対応には、スポーツ施設の目的外使用や活動場所の適正人数を超えた活動によって生じる事故、用具などの点検や整備不足、注意散漫や安全上の約束事の不履行による他者への過失などが考えられること。これらに対しては、活動場所の調整、安全点検、安全上の約束事の徹底などによって事故を未然に防ぐことが求められること。内的な要因には、体調不良時の無理な運動、自己の能力を超えた難易度の高い技術などへの不適切な挑戦、注意散漫によるものなどが考えられること。これらに対しては、体調不良時の運動量の調整や指導者への情報伝達の徹底、段階的な指導や安全上の約束事の徹底などによって事故を未然に防ぐことが求められること。

参加者の安全の確保は、事故発生前、事故発生直後、事故発生後に分けて対策を立てておく必要があること。その際、事故発生前には、事故防止マニュアルなどの作成によって、事故の予防及び発生時の対策を想定しておくことが求められること。事故発生直後は、当事者への迅速な応急手当及び医療機関への連絡、他の参加者の二次災害の防止のための対応が求められること。事故発生後は、事故記録の作成、当事者への事故対応、関係機関への報告、事故発生原因の分析、再発予防の対策などが求められること。

なお、指導責任については、「みんなでつくる運動部活動（文部省）」（資料1）において記載し、事故発生直後の対応については、「学校安全参考資料『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育（文部科学省）」（資料2）において、校内での事件、事故などの緊急事態発生時の対処、救急連絡体制の一例を示しているので、参考にされたい。

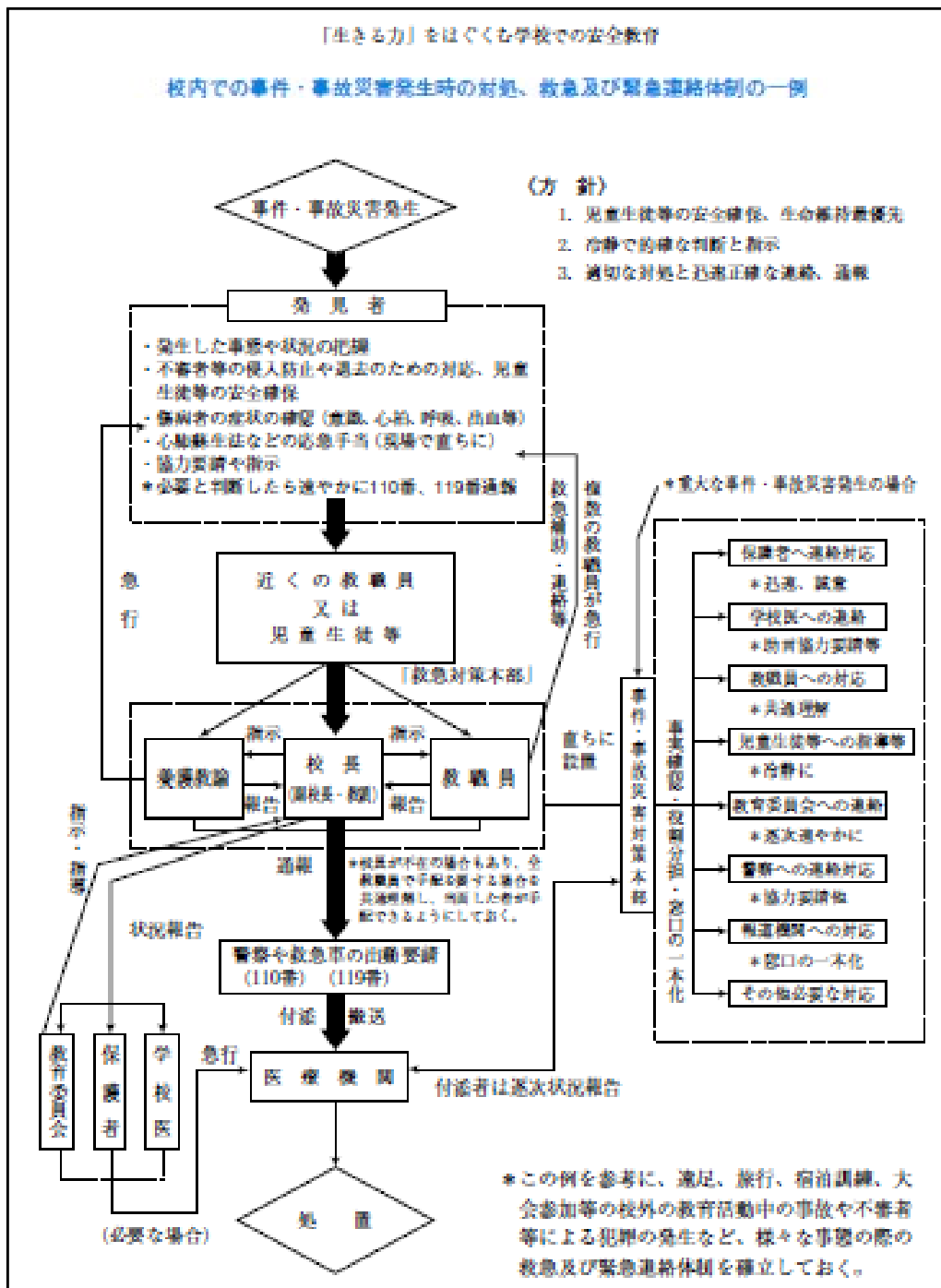
(資料1) 文部省「みんなでつくる運動部活動」22頁 (抜粋)

コラム 《事前の計画の必要性－運動事故と法的責任》

指導者の専門性（指導責任）とは、「指導者は、生徒の生命・身体の安全を確保するために必要な指導および監督をする義務がある。ここでの義務のことを注意義務という。」とあります。この注意義務が重要であり、基本的に問われることとなります。

注意義務には、①安全を確保する義務（危険予見義務）と、②危険な結果を回避する義務（危険回避義務）2面があります。すなわち、潜在的な危険を早く発見し、早く取り除く配慮、潜在的な危険を重なり合わせないようにする配慮や二次的な事故にならないようにする配慮等が、事故防止のために必要な指導者の基本的な留意点と言えるでしょう。そのような事故防止のための能力を高めるとともに、計画の段階から、十分な安全対策を具体化しておくことが重要です。

(資料2) 文部科学省「学校安全参考資料『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育」134頁 (抜粋)



2 体育実技指導における安全の確保について

武道指導を行う際は、実技指導一般に係わる留意事項を確認しておく必要がある。「学校における突然死予防必携（独立行政法人日本スポーツ振興センター）」（資料3）は、突然死を予防するための資料であるが、一般的な実技指導上の留意点として指導場面において参考とされたい。

（資料3）独立行政法人日本スポーツ振興センター「学校における突然死予防必携」35～36頁（抜粋）

Ⅲ 突然死予防のための管理・指導

1 突然死予防のための指導

（2）実際の指導に当たって

ア 体育・保健体育科授業時における指導

②運動時における指導

○健康観察

顔色や全体的な様子を、運動開始前、運動中、運動終了時と、常に注意を払う。呼吸数や脈拍数の観察については、中学生、高校生の段階では、自己の体の調子を整え、その変化に気付いたり、教師のみならず仲間にも相談したりできる雰囲気づくりをしておく。特に、心疾患や心疾患の疑いがある子どもなどに対しては、健康観察のチェックポイントを参考に、心疾患と関連のある項目について、重点を置いて観察を行う（「健康観察チェックポイント」参照）。

○準備運動・整理運動

一般的には、急激な体への負荷を避け、徐々に主運動へと適応し、終了後には、徐々に体への負荷を取り除いていく。種目の特性に応じ、運動の部位や方法を工夫して実施する。

管理を要する子どもの場合には、学校生活管理指導表の内容及び主治医等の指示などを踏まえて、自分の健康や体力に応じて、無理のない実施可能な運動を行うようにする。

また、準備運動や整理運動は、運動の特性に応じて行うようにする。

○運動強度についての理解

管理を要する子どもの場合は、学校生活管理指導表についての理解を促す。一つ一つの運動種目ごとに、具体的にどこまでが運動可能なかを確認し、理解させておく。

その他の子どもにも、「学校生活管理指導表」というものがあり、その中で、管理を要する子どもが、具体的にどんな運動が可能であるかを周知徹底しておく。その際、運動の仕方によっては運動強度が異なるので、授業を担当する者は注意を払って、指導に当たる。

○個人差についての理解

発達には、個人差や性差があることを考慮する。授業において、同じ強度となる運動課題を与えるときには、それぞれの子どもにとって、無理のないよう、また、個人差を理解して、慎重に実施する。心疾患や心疾患の疑いのあるなどの中学生、高校生には、脈拍による運動強度の管理ができるように指導する。

○温熱条件についての配慮

厳冬期における寒さ、猛暑期における暑さは運動には適さないため、寒暑におけるストレスは、避けることが望ましい。運動は熱エネルギーを大量に発生するので、特に湿度が高く暑いときは、発汗に気を付ける。管理・指導を要する者の運動の実施については、慎重に判断する。

○水分補給の指導

運動時は、熱エネルギーを放出するために、発汗が行われる。その際、水分補給が不十分だと体調に不調を来たすので、十分に水分を補給する。

（7）運動クラブ活動、部活動における指導

○外部指導者との連携

学校の教職員だけでは指導者の確保ができず、外部より指導者を得ている学校が多くなっている。教職員以外の指導者に、子どもの健康に関する正しい情報を提供し、配慮していくことは、突然死を

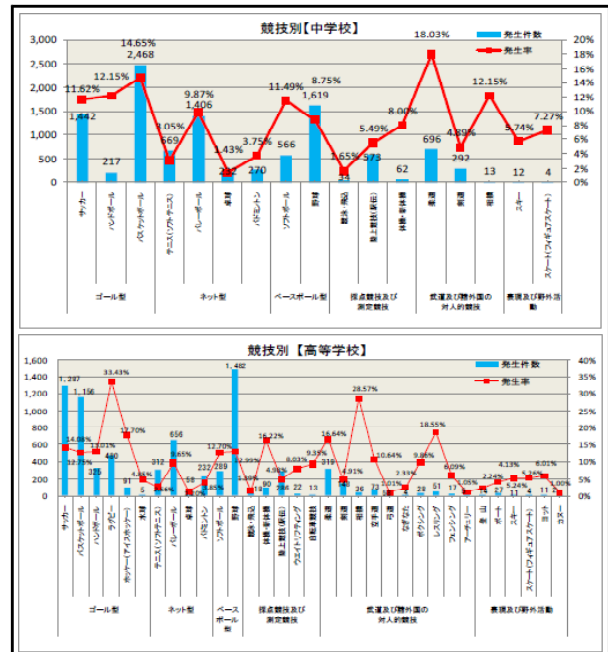
観察項目	観察ポイント		チェックポイント	
	観察項目	チェックポイント	観察項目	チェックポイント
顔色	顔色が青い	○	顔色が赤い	○
	顔色が蒼白	○	顔色が黄ばむ	○
	顔色が正常	○	顔色が正常	○
呼吸	呼吸が浅い	○	呼吸が深い	○
	呼吸が速い	○	呼吸が正常	○
	呼吸が正常	○	呼吸が正常	○
脈拍	脈拍が速い	○	脈拍が正常	○
	脈拍が遅い	○	脈拍が正常	○
	脈拍が正常	○	脈拍が正常	○
声	声が正常	○	声が正常	○
	声が正常	○	声が正常	○
	声が正常	○	声が正常	○
行動	行動が正常	○	行動が正常	○
	行動が正常	○	行動が正常	○
	行動が正常	○	行動が正常	○

防ぐためにも重要なことである。外部指導者と密に連絡をとり合える担当者を決めておき、常に、子どもの健康面等の情報交換をしていくことが大切である。

その際、指導上知り得たプライバシーに関する情報は、絶対に秘密を守らなければならないことを徹底しておく。

3 武道指導における怪我や事故の防止について

独立行政法人日本スポーツ振興センター学校災害事故防止に関する調査研究「課外指導における事故防止対策」調査研究報告書における体育的部活動の事故発生率を武道と他の競技と比較してみると、中学校で柔道が18.03%と最も高く、また高等学校では相撲が28.57%、柔道が16.64%とラグビーに次いで高い。もちろん授業と課外活動としての体育的部活動とはその活動実態は異なるので、同一には論じられないが、安全対策の基礎としては参考となる。また、武道は格闘的な要素があるが、逆に武道の特徴的な運動経験が事故回避や、事故防止につながる面も多くあり、否定的な要素だけではない。武道にも、競技として危険性をはらんでいると認識し、その対策を要するのは他の競技（単元）を実施する場合と同様に、安全確保を最優先事項とすることに変わりはない。



独立行政法人日本スポーツ振興センター学校災害事故防止に関する調査研究「課外指導における事故防止対策」調査研究報告書より

(突然死などの予防と対応)

指導にあたる教員は、健康診断の結果等をもとに、専門医・学校医・養護教諭・保護者などとの連絡を密にして、生徒の健康状態を把握するとともに、授業時には準備運動を入念に行い、健康観察・環境の点検など安全対策を恒常的に行う。授業当日に体の不調を訴えたり、健康上の問題がある生徒に対しては、健康観察と管理指導を行う。万が一、重篤な症状を呈した場合、CPR（心肺蘇生法）、AED（自動体外式除細動器）などの応急手当・専門家への連絡・搬送などを迅速かつ適切に行う。

(骨折、捻挫、脳損傷などの予防)

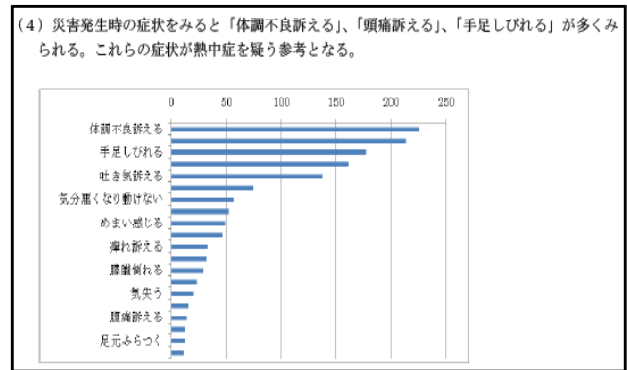
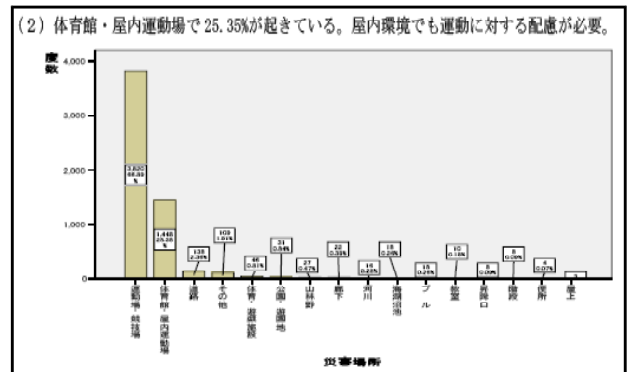
柔道では、投げられて受け身がうまくとれなかったり、バランスを崩して落下したり、耐えようとして捻ったりして、骨折や捻挫を起こすことが多い。特に、頭部や頸部のケガは命に関わるような重大な事故になる可能性もあり、徹底した事故防止に努める必要がある。このような事故は技が未熟であったり、体力が充分でなかったりする場合に起こりやすい。また、空手道や剣道でも技術が未熟な段階でケガが発生しやすく、やはり無理な指導をせず、技能段階にあった指導を行う。

予測できない動きやそれに耐えようとした際にケガが起こりやすいことを考えると、相手に予測させないでポイントを奪おうとするのが試合であることから、それをあえて目標としないことや、武道の特性を抽出した約束稽古や打ち込みなどを中心とする指導計画をたてることも一案である。技術としてはもちろん、安全確保のためにも受け身、着装、禁じ手は絶対に用いないよう指導する。

(熱中症の予防)

体育館・屋内運動場での熱中症は、発生全体の25.35%を占めていることから、武道場や体育館など屋内運動施設でおこなわれる事が多い武道やダンスの指導の際も十分注意する必要がある。熱中症は、7～8月で78%発生しているが、特別に暑いときだけに発生しているわけではなく、湿度や暑熱馴化、個人の条件などにも注意する。

柔道着は厚く、剣道やなぎなたの防具は重く分厚いため熱がこもりやすく、体感温度が上昇し、発汗が亢進することも考慮する必要がある。これら熱中症が起きやすい状況にあることを認識して、通風・換気・水分補給・運動量・休憩など熱中症の予防に努める。また体調不良や頭痛、手足しびれなどの症状が熱中症を疑う参考となる。重篤になる前に、休憩・水分や電解質（塩分）の補給・熱放散など早めに対応する。



独立行政法人日本スポーツ振興センター学校災害事故防止に関する調査研究「課外指導における事故防止対策」調査研究報告書より

(用具の安全点検)

武道の特徴として、特殊な用具や施設・設備を要する点がある。これらの安全点検を日常的に行う。柔道畳、剣道やなぎなたの防具や竹刀、もちろん活動場所の環境整備も欠かすことはできない。これらの用具を要しない空手道やダンスにおいても手軽に取り組みると安易に考えず、普段裸足で入ることのない体育館に裸足で入り、しかも激しい運動を行うという前提に立てば、武道の授業において生徒が裸足で動き回る部分の床面の安全点検など細やかな配慮を要する。また、接触による事故にも注意し、活動場所の広さに適合した活動人数を設定し、応急処置に必要な物品を授業を行う場所に用意しておく。

最後に、旧態依然とした経験と勘による授業運営ではなく、科学的トレーニング、確かな指導法、応急手当などしっかりした力量を備え、よりよい授業を行うために、教師自身も研鑽に努めることは事故防止の上でも大変重要である。

4 学習環境の整備について

武道場の計画・設計における留意事項については、「中学校施設整備指針（文部科学省大臣官房文教施設企画部）」（資料4）において示している。

(資料4) 文部科学省大臣官房文教施設企画部「中学校施設整備指針(平成22年3月)」40頁(抜粋)

第4章 各室計画

第3 屋内運動施設等

3 武道場

- (1) 武道の運動種目（柔道、剣道、相撲等）利用人数，利用形態等に応じた適切な面積，形状等とすることが重要である。その際，武道の運動種目にふさわしい空間となるような内部仕上げ等とすることが重要である。
- (2) 器具室は，器具等の種類に応じ出し入れしやすいよう分類し保管することのできる面積，形

状等とすることが重要である。

(3) 武道場を屋内運動場のアリーナと連続して計画する場合、アリーナとの境界を壁等で仕切るなど、安全性を充分考慮した計画とすることが重要である。

(4) 武道の運動種目毎に別々の場を設けることが望ましい。なお、複数の種目を兼用する武道場であって、畳を使用する場合は、運動の際に隙間が生じないように畳のずれを防止する設備を導入するなど、安全性を充分考慮するとともに、畳の収納空間を、出し入れを行いやすいよう計画することが重要である。

【参考文献】

- ① 「高等学校学習指導要領解説保健体育編・体育編」 文部科学省 平成21年12月
- ② 「みんなでつくる運動部活動」 文部省 平成11年3月
- ③ 「学校安全参考資料『生きる力』をはぐくむ学校での安全教育」 文部科学省 平成22年3月
- ④ 「学校における突然死予防必携」 独立行政法人日本スポーツ振興センター 平成15年12月
- ⑤ 学校災害事故防止に関する調査研究「課外指導における事故防止対策」調査研究報告書 独立行政法人日本スポーツ振興センター 平成22年3月
- ⑥ 「中学校施設整備指針」 文部科学省大臣官房文教施設企画部 平成22年3月