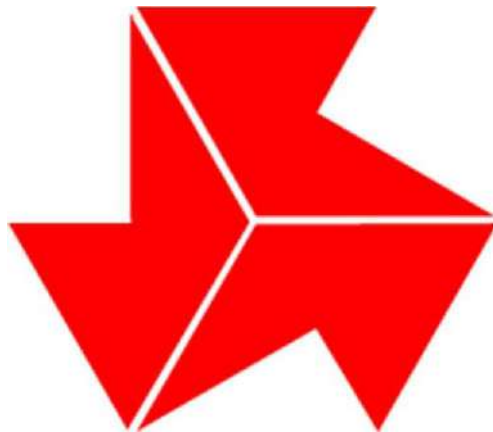


(案)

危機管理マニュアル

総論編



東京都高等学校体育連盟

はじめに

運動部活動や競技会中の事故や怪我は、各競技、種目における活動の特性や使用器具、用具などによっても様々です。それらの事故や怪我が起こるきっかけ、要因は一体どこに潜んでいるのか、どういった環境で発生してしまうのか、それらを事前に把握し、予測しておくことは大変重要であり、それが、事故や怪我を未然に防ぐことに繋がっていくものと考えます。

そのため、各専門部において、各競技の特性を踏まえた事故発生の要因を知り、事故防止に対する安全対策を検討し、共有しておくことが大切であり、万が一事故が発生してしまったときにも、緊急連絡体制を明確に整備しておくことで、迅速かつ適切な事故対応へと繋がり、被害を最小限に抑えることができると考えます。

そこで、我々高体連では関係競技団体と連携を図りながら、日常の運動部活動や競技会における事故防止と安全対策について、緊急時に備えた事前確認から緊急時の基本的な対応等を、専門部ごとに、様々な角度から事故防止対策を検討し、危機管理マニュアルとしてまとめました。

各専門部に係わるすべての関係者が、安全確保と危機管理への高い意識と、事故や怪我防止のための必要な知識や技能を持つことで、参加するすべての生徒が安全に、そして自信を持って活動に専念できる体制を整えていきます。

本連盟及び加盟各校において、本マニュアルを適切に活用して、すべての活動の前提に「安全」を位置付け、充実した運動部活動を展開していけるよう努力して参ります。今後とも、競技に携わるすべての皆様の御協力と御支援をお願いいたします。

末尾となりましたが、作成にあたり御協力いただいた東京都教育委員会に深く感謝いたします。

東京都高等学校体育連盟会長

目次

はじめに

東京都高等学校体育連盟会長

第1章 競技会における事故防止と安全対策

I 競技会運営に当たっての注意事項	1
1 緊急時に備えた事前確認事項	
2 運営上の危機管理事項	
3 競技会運営終了時における対応事項	
図1 運営フロー	
II 緊急時対応の基本的な考え方	4
1 緊急事案発生時の対応	
2 競技会中止・中断等の協議と対応	
III 自然災害（荒天及び地震発生等）及び火災に対する被害予防と被災時の対応	6
1 荒天時の対応	
2 さまざまな自然災害に対する被害予防と被災時の対応例	
資料1 雷保護範囲	
資料2 宇都宮地方気象台ホームページ	
資料3 気象庁のナウキャストの種類	
3 火災への対応	
図2 危機管理フローA 組織図	
図3-1 危機管理フローB1 荒天時対応	
図3-2 危機管理フローB2 地震・火災発生時対応	
図3-3 危機管理フローB3 急病者・負傷者発生時対応	
IV 疾病等に対する予防及び対応	16
1 競技会で配布する弁当での食中毒の予防及び対応	
2 熱中症の予防及び対応	
資料5 熱中症予防運動指針	
図4 熱中症対応フロー	
資料6 熱中症予防情報サイト	
3 感染症（インフルエンザ・感染性胃腸炎等）の予防及び対応	
4 その他重篤な疾病等への対応	
V その他想定される要対応事項	21
1 不審者侵入時の対応	
2 Jアラート発令時の対応	
資料7 弾道ミサイル落下時の行動について	

VI 指導者の育成と資質向上に向けた取組	23
----------------------------	----

緊急対応報告書（様式 1）

事故報告書（様式 2-1・2-2）

資料 8 関係機関連絡先

第 2 章 運動部活動における事故防止と安全対策

I 危機管理の重要性	31
1 学校における危機管理の基本的な考え方	
2 スポーツ事故の発生要因と事故防止のポイント	
3 ハインリッヒの法則	
4 P D C A サイクル	
II 危機管理の実践	37
1 安全確認チェックリスト	
2 エマージェンシーアクションプラン（E A P）	
3 危機管理委員会	

第1章 競技会における事故防止と安全対策

I 競技会¹運営に当たっての注意事項

1 緊急時に備えた事前確認事項

(1) EAP(緊急時対応計画: Emergency Action Plan)²の作成

各競技専門部は緊急事案(参加者の生命、身体もしくは財産に重大な被害が生じ、又は生じる恐れがある事態)発生時に備え、競技会会場ごとに実施本部³と責任者を明確に位置づけるとともに、会場ごとに以下ア～ウの内容等を含むEAPを作成し参加者(審判員等の関係者含む)⁴に周知する。

ア 避難場所・避難経路・非常口等

イ 緊急連絡先・対応人員等

ウ 救急救命具(AED等)及び消火器の設置場所

【参考資料】

・「スポーツ事故対策マニュアル」弁護士によるスポーツ安全対策検討委員会 平成29年7月

(2) 緊急時における対応体制の整備(危機管理フローの作成)

各競技専門部は様々な緊急事案に備えて、p.11以下に示す各「危機管理フロー」を事前に準備し実施本部等に周知するとともに、事案発生時において迅速に対応できるよう体制を整えておく。

(3) 競技会会場等における危険箇所の解消と設営時の安全対策

各競技専門部は、競技会会場ごとに事前に危険箇所等を確認し、解消しておく。また会場設営においては、自然災害等に対する安全対策を適切に施す。

(4) 代替案の作成及び周知

計画した事業が気象状況や突発的事象等により、開催前もしくは開催中に変更される可能性がある場合、事前に代替計画案を作成し、実施本部内でその内容について共通理解を図っておく。

(5) 参加者に対する安全の補償

各競技専門部は、参加者において発生しうる、あらゆる事故や怪我等への対応を事前に想定し、必要に応じて適切な任意保険に加入することや、参加者自身が自ら任意保険に加入するよう推奨するなど、安全の補償について対策を講じる。

¹ 以下、「競技会」とは講習会等を含むものとする。

² いつ起こるかかわからない事故やケガに対して、発生後いかに迅速に対応し医療機関に搬送できるかを事前に想定した計画書。

³ 競技会会場における運営本部のこと。

⁴ 以下、「参加者」と表記する場合は同様の意味とする。

2 運営上の危機管理事項

(1) 運営フローの周知 (p.3 参照)

各競技専門部は、競技会期間中における1日単位の競技会運営の流れ(=運営フロー)を定め、実施本部等に周知しておく。

(2) 緊急時に備えたEAPの周知

実施本部はEAPを会場に掲示するとともに、必要に応じて参加者へ配布する。

(3) 安全確認チェックリストの活用

実施本部は、各競技専門部が示す「安全対策」を踏まえ作成された「安全確認チェックリスト」を用い、競技会運営状況を確認・点検する。

(4) 適切な競技会開始及び終了時刻の設定

競技会開始・終了時刻について、生徒の健康・安全面に対し十分に留意して設定する。開始・終了時刻を変更する場合には、速やかに参加者へ連絡するとともに情報をホームページに掲載するなど周知に努め、保護者による生徒の送迎等に支障を来さぬよう適切に対処する。

(5) 救護本部または救護所の設置

原則として各競技会会場に救護本部または救護所を設置し、参加者に周知する。

3 競技会運営終了時における対応事項

(1) 「ヒヤリ・ハット」事例の情報収集と分析

実施本部は「安全確認チェックリスト」を用いながら「ヒヤリ・ハット」事例の情報収集と分析を行う。

(2) PDCAサイクルの活用

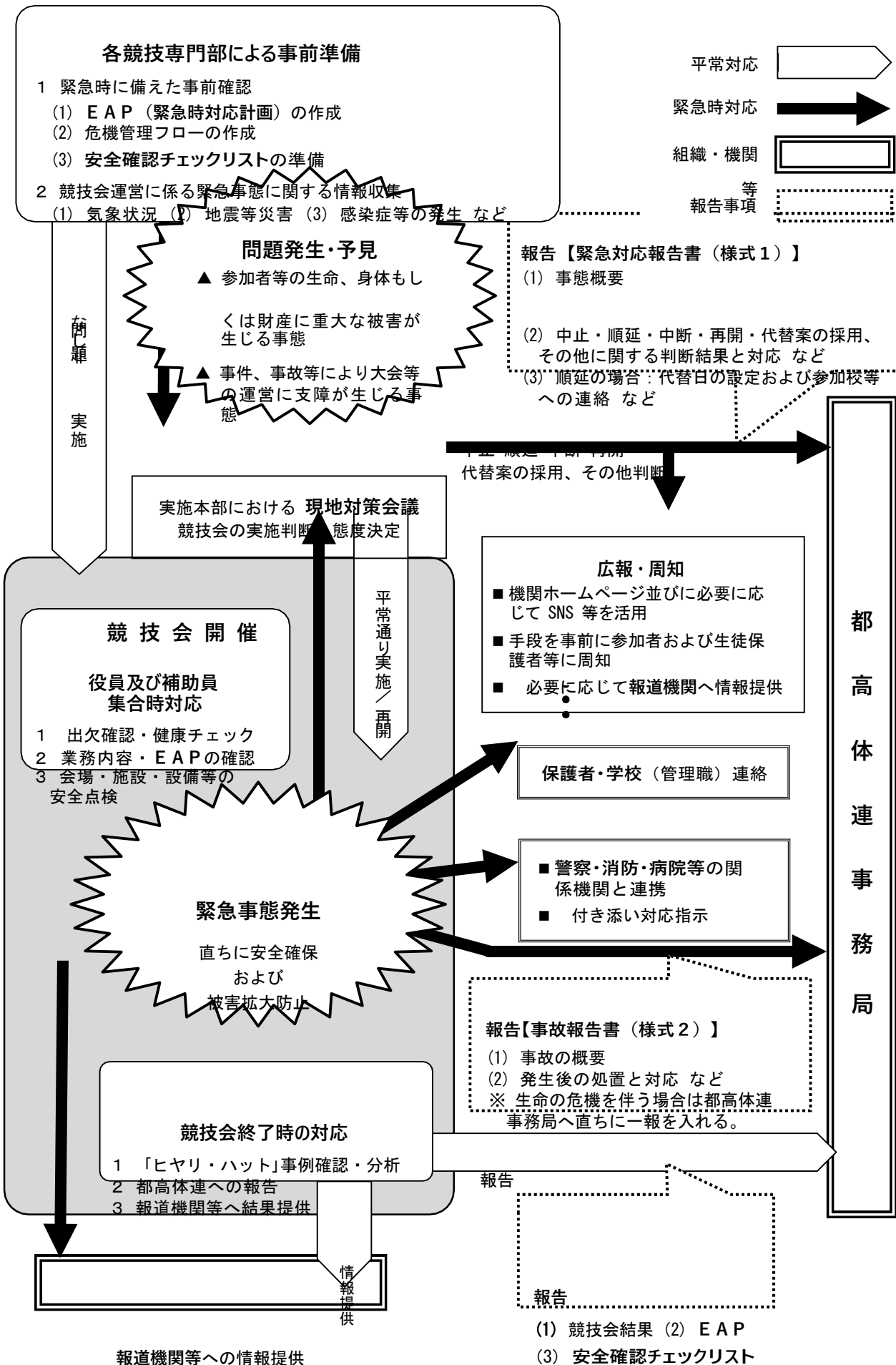
各競技専門部は競技会運営全体を見直し、PDCAサイクルに基づいた評価と改善を行い、具体的な改善事項と内容を示し、次回の競技会運営に反映させる。

(3) EAP及び安全確認チェックリストの提出

各競技専門部は競技会終了後に、各競技会会場の「EAP」及び「安全確認チェックリスト」を東京都高等学校体育連盟事務局(以下、「都高体連事務局」という)へ提出する。

図 1 運営フロー

緊急時対応を想定した、競技会期間中における1日単位の競技会運営の流れを示す。



II 緊急時対応の基本的な考え方

1 緊急事案発生時の対応

競技会中に緊急事案等が発生した場合、事前に準備した危機管理フロー（p.11 参照）に基づき迅速かつ適切に対応する。

(1) 安全確保及び被害拡大防止

参加者の安全確保を図るとともに、必要な措置を講じて被害の拡大防止に努める。

(2) 都高体連事務局への報告

各競技専門部長が都高体連事務局へ事故報告書（様式2-1・2-2）により報告する。被害の範囲が個人の場合は様式2-1のみ用い、被害が複数名に及ぶ場合は様式2-1と様式2-2を併せて提出する。なお、生命の危機を伴う場合は都高体連事務局へ直ちに一報を入れる。

(3) 関係機関との連携

警察・消防等へ通報を行い、必要に応じて各競技専門部関係者を警察・病院等へ派遣するなど、適切に対応する。

2 競技会中止・中断等の協議と対応

(1) 競技会等の中止・中断等を検討しなければならない状況

以下の事態が発生した場合、または発生する恐れがある場合、大会等の中止・中断等を検討しなければならない。

ア 参加者等の生命、身体もしくは財産に重大な被害が生じる事態

イ 事件、事故等により大会等の運営に支障が生じる事態

(2) 現地対策会議の開催

関連情報の入手に努めるとともに、競技専門部長・委員長・副委員長等から成る実施本部において現地対策会議を開催する。入手情報等を踏まえ別記「競技会等実施の判断基準」に基づき態度決定について協議する。

なお、当該専門部において事態の前例が無い場合や判断に迷う場合など、必要に応じて都高体連事務局と協議すること。

(3) 態度決定

最終的な判断については、各競技専門部長が行うこととする。ただし、判断に迷うことがある場合には都高体連会長と相談して最終判断を下すことができる。

現地対策会議において態度を決定した上は、実施本部から都高体連事務局へ速やかに報告する。また併せて、都高体連事務局宛て「緊急対応報告書（様式1）」を提出する。

(4) 広報

実施本部は決定内容について、機関ホームページ並びに必要なに応じて SNS 等を活用し、速やかに態度を周知する。なお、態度決定に係る広報手段や連絡方法等については、事前に参加者および生徒保護者等に対して適切に周知を図ること。

必要に応じて担当者を配置し、報道機関等に情報提供を行うこととする。なお、個人情報の取り扱いについては、十分注意をすること。

(5) 代替日の設定及び参加校への通知

緊急事案発生に伴い競技会を中止したが、上位大会への代表権やシード権等がかかっており、

代替日を設定する必要がある場合は、学校行事等を十分考慮し開催する。なお、週休日の開催を原則とし、平日開催の場合は、都高体連事務局と協議の上、決定する。その際、参加校に対して代替日設定の通知を各競技専門部長名で送付する。

3 競技会実施の判断基準の目安

事象	中断等	再開可
荒天時	・開催前：事前に設定した時刻において、開催地域に大雨・高温・洪水・暴風・暴風雪・大雪等の特別警報または警報が発表されている場合や土砂災害警戒情報等が発令された場合 (見込みを含む) → 開催実施について検討し、態度決定 → 決定フローに従い対応	
落雷	・雷注意報が発表され稲光が感知できる場合 ・積乱雲が成長し、厚い黒雲が頭上に広がり、雷鳴が聞こえる場合	・晴れ、うす曇りで 30 分以上雷鳴や稲光を感知しなくなり、以後の予報を確認した上で落雷の恐れが無いことが判明した場合
竜巻	・竜巻注意報が発表され、積乱雲が近づく兆候が確認された場合	・注意報の発表から当該情報の有効期間を経過し、あらためて注意報が発表されない場合
雪崩	・雪崩注意報が発表された場合	・注意報の発表から当該情報の有効期間を経過し、改めて注意報が発表されない場合
光化学オキシダント	A 警報、重大緊急警報が発令された場合 B 光化学オキシダントによるものと思われる健康被害の報告があった場合	A → 警報が解除された場合 B → 健康被害が光化学オキシダントによるものではないと判断された場合
微小粒子状物質 (PM2.5)	・開催前：環境省あるいは自治体等から注意喚起がなされた場合 → 開催実施について検討し、態度決定 → 決定フローに従い対応	
地震	・震度 4 以上が発生した場合 ・緊急地震速報が発表された場合 ・施設・設備に被害が発生した場合	・被害の発生が無く、施設・設備の安全が確認された場合
火災	・火災が発生し、運営が困難と判断される場合	・鎮火し安全が確認された上で、警察、消防との連携のもと実施本部において協議し、参加者および運営関係者等に危害が及ばず運営に支障がないと判断できる場合
爆破予告・ネット犯罪予告・不審物発見	・爆破予告、ネット犯罪予告等があった場合 ・不審物等が発見された場合	・警察、消防との連携のもと実施本部において協議し、参加者および運営関係者等に危害が及ばず運営に支障がないと判断できる場合
全国瞬時警報システム (Jアラート)	・Jアラートによる情報伝達があった場合	・実施本部において協議し、参加者および運営関係者等に危害が及ばず運営に支障がないと判断できる場合

関係ホームページ等

気象庁ホームページ	http://www.jma.go.jp/jma/index.html
竜巻発生確度ナウキャスト	http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/index.html?contentType=2
雷ナウキャスト	http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/index.html?contentType=1
高解像度降水ナウキャスト	http://www.jma.go.jp/jp/highresorad/
環境省大気汚染物質広域監視システム「そらまめくん」	http://soramame.taiki.go.jp/
東京管区气象台	https://www.jma-net.go.jp/tokyo/
環境省熱中症予防情報サイト	http://www.wbgt.env.go.jp/

III 自然災害（荒天及び地震発生等）及び火災に対する被害予防と被災時の対応

1 荒天時の対応

(1) 事前準備

急激な気象状況の変化に対し、参加者の安全を確保するために競技会前に以下の準備をする。

ア 避難の必要が生じる場合を想定した避難場所・経路の確保及び指定（特に屋外競技）

イ 急激な気象変化を予見するための情報入手方法の決定

ウ 中止・順延・中断・再開・代替案の採用、その他を判断する責任者と判断手順の決定

(2) 気象警報等（競技種目によっては注意報を含む）への対応

ア 各競技専門部は、各種メディアを通じて気象情報を随時確認する。

イ 気象警報等（競技種目によっては注意報を含む）が発令された場合は、原則として、競技会を中止・中断し、関係者へ今後の対応について迅速に連絡をする。

ウ 気象警報等（競技種目によっては注意報を含む）が解除された場合は、関係者を速やかに集合させ、準備が整い次第、競技会を開始・再開することができる。その場合、競技会の終了時刻に配慮する。

2 さまざまな自然災害に対する被害予防と被災時の対応例

実施本部は以下に示す災害に対する予防法や対応法を熟知するとともに、参加者への周知を徹底する。主な災害については危機管理フローを参照の上、対応する。なお、新たな科学的知見の発見などに伴い、予防法や対応法が更新される場合があるため、常に専門機関等の情報を注視しながら適切に対応すること。

(1) 落雷

ア 気象庁「雷ナウキャスト」⁵の情報を活用して随時状況を確認し適切に対処する。

イ 雷鳴が聞こえる距離（約 10 km）の範囲内は、その場に落雷する可能性があるため、活動を直ちに中断し、安全な場所へ避難する。（鉄筋コンクリート建築、オープンカーを除く自動車内は比較的安全である。木造建築の内部においては全ての電気器具、天井・壁から 1 m 以上離れることが望ましい。）

ウ 近くに安全な場所がない場合には、電柱や鉄塔など高い物体の頂点を 45 度以上の角度で見上げられる範囲で、その物体から 4 m 以上離れたところ（保護範囲）に退避する。雷の活動が止み、20 分以上経過してから安全な場所へ移動する。（p. 7 資料 2 参照）

【参考資料】

・「雷から身を守るには—安全対策 Q&A—改訂版」日本大気電気学会 平成 13 年 5 月

(2) 竜巻

ア 気象庁「竜巻発生確度ナウキャスト」⁶の情報を活用して随時状況を確認し適切に対処する。

⁵ 雷ナウキャスト…雷の激しさや雷の可能性を解析し、その 1 時間後（10 分～60 分先）までの予測を行う。

⁶ 竜巻発生確度ナウキャスト…「竜巻が今にも発生する（または発生している）可能性の程度」を推定し、その 1 時間後（10～60 分先）までの予測を行う。

イ 屋外では、できるだけ頑丈な建物に、直ちに避難する。突風により巻き上げられる恐れがある物置やプレハブ（仮設建築物）、倒れる恐れのある電柱や樹木の周辺は危険なので離れる。建物が見当たらない場合は、突風による飛散物の直撃を避けるため、物陰やくぼみなどに隠れ、できるだけ身を小さくして頭や首を守る。

ウ 屋内ではカーテンを閉め、できるだけ窓から離れる。可能な限り最下階へ移動する。頑丈な机やテーブルなどの下に入り、身を小さくして頭や首を守る。

【参考資料】

- ・「積乱雲に伴う激しい現象の住民周知に関するガイドライン～竜巻、雷、急な大雨から住民を守るために～」気象庁 平成 27 年 3 月
- ・リーフレット「竜巻から身を守る～竜巻注意情報～」気象庁 平成 28 年 12 月

(3) 雪崩

ア 雪崩遭難の予防

- ① 当該地域の自治体や関係団体等が作成しているハザードマップを事前に確認し、その地域の雪崩危険箇所を把握しておく。また、「なだれ注意報」などの気象情報が出ていないかを確認するとともに、各種メディアや自治体等から発信される情報について、随時入念に確認しておく。
- ② 状況を正確かつ詳細に分析し、わずかでも雪崩発生が予見される場合においては、対応について、中止や活動内容・場所の変更など慎重に協議・判断する。
- ③ 万が一の遭難時に備え、雪崩ビーコン⁷、スコップ等を携帯する。
- ④ 雪崩の前兆を発見した場合は決して近づかず、役場、警察署へ通報する。

イ 遭遇時の対応：自分の近くで起きた場合

- ① 流されている人がいたら見続ける。
- ② 人が雪崩に巻き込まれた地点（遭難点）と見えなくなった地点（消失点）を覚えておく。
- ③ 雪崩が止まったら見張りを立て、遭難点と消失点にポールや木などの目印を立てる。
- ④ 直ちに雪崩ビーコン（無線機）などを用いて、捜索する。
- ⑤ 遭難者を見つけたら、直ちに応急手当を行う。意識、脈拍、呼吸があるかを確認する。脈拍、呼吸がない場合は、心肺蘇生を直ちに開始する。

ウ 遭遇時の対応：自分自身が流されてしまった場合

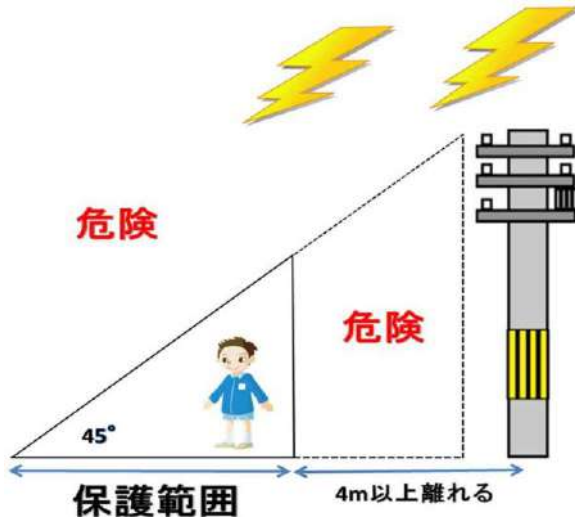
- ① 雪崩の流れの端に逃げる。
- ② 仲間が巻き込まれないように知らせる。
- ③ 身体から荷物をはずす。
- ④ 雪の中で泳いで浮上する。
- ⑤ 自分が雪崩に遭遇した場合、顔周辺の空間（エアポケット）を確保し呼吸を続ける。また、雪の上から人の声が聞こえたら大声を出して救助を求める。

【参考資料】

- ・「雪崩対応安全ガイドブック」全国地すべり崖崩れ対策協議会 平成 22 年 3 月
- ・政府広報オンライン (<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201311/4.html>)

⁷ 雪崩により雪中に埋没した人の捜索のために作られたトランシーバの一種。探知範囲は数十メートルほど。

資料1 雷保護範囲



資料2 東京管区気象台ホームページ

【PC向け】

<https://www.jma-et.go.jp/tokyo/index.html>



資料3 気象庁のナウキャストの種類

	竜巻発生確度ナウキャスト	雷ナウキャスト	高解像度降水ナウキャスト
発表間隔	10分毎に発表		5分毎に発表
予報時間	1時間先まで予報		30分先まで予報
予測の単位	10キロメートル四方	1キロメートル四方	250メートル四方
内容	竜巻など激しい突風が発生する確度を表す	雷の活動度(雷の可能性及び激しさ)を表す	降水の強さの分布を表す
気象庁ホームページにおける表示と意味	竜巻など激しい突風が発生する確率=確度 確度2 = 5~10% 確度1 = 1~5%	活動度4 激しい雷 活動度3 やや激しい雷 活動度2 雷あり 活動度1 雷可能性あり	80 mm/h~ 50 30 降水の強さ 20 (1時間当たりの降水量(ミリ)に換算) 10 5 1 0
気象庁ホームページにおける表示イメージ			

【PC向けサイト】

竜巻発生確度ナウキャスト

<http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/index.html?contentType=2>

雷ナウキャスト

<http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/index.html?contentType=1>

高解像度降水ナウキャスト

<http://www.jma.go.jp/jp/highresorad/>

【携帯電話向けサイト】

http://www.jma.go.jp/jp/bosai_joho/m/radnowc/



出典：気象庁ホームページ

(http://www.jma.go.jp/jma/kishou/known/toppuu/cb_guideline.pdf)

安全管理「積乱雲に伴う激しい現象の住民周知に関するガイドライン～竜巻、雷、急な大雨から住民を守るために～」を加工して作成

(4) 大気汚染(光化学スモッグ・微粒子上物質 (PM2.5) 等)

環境省「大気汚染物質広域監視システム⁸」により、随時、注意報・警報の発令状況を確認し、適切に対応する。

ア 注意報発令後の対応

実施本部は、参加者の健康状態の監視を継続し、目やのどの痛み、吐き気等、光化学オキシダントによるものと思われる症状の報告があった場合は屋外での競技会を中断し、参加者を屋内に退避させ被害の拡大を防止する。

イ 警報発令後の対応

実施本部は、屋外での活動を中断し、参加者を屋内に退避させる。風向きによっては、窓を閉める等の措置を行う。

ウ 被害発生時の対応

実施本部は、競技会会場において光化学オキシダントに起因すると思われる被害があった場合は、次の処置を速やかに行う。

- ① 目、のどに刺激や痛みを感じた場合は、水道水で十分な洗眼や洗顔、うがい等を行うとともに屋内で静養させる。
- ② 吐き気、手足のしびれ、頭痛、呼吸困難、失神などの症状が生じた場合は、ただちに消防へ通報し、医療機関へ搬送する。
- ③ 被害の発生状況を速やかに確認し、各競技専門部へ正確に報告する。
- ④ PM2.5 は粒子が小さく、呼吸器の奥深くまで入り込みやすいことなどから、人の健康への悪影響が懸念されている。高濃度の PM2.5 が観測された場合、注意喚起が発令されるので東京都防災メール等から情報を収集し対応にあたること。

(5) 地震

ア 地震発生時の安全を確保し、発生後のアナウンスと誘導を適切に行う。

イ 施設状況の確認

- ① 施設職員と協力して施設内を巡回し、被害状況を確認する。
- ② 各種メディアにより地震情報を確認し、関係者に状況を周知する。

ウ 被害が発生した場合

- ① 火災発生の場合は大声で周囲に知らせ、初期消火に当たるとともに必要に応じて消防へ通報する。
- ② 施設の破損箇所を確認し、危険がある場所には立ち入らないよう対応する。
- ③ 負傷者の有無を確認し、存在する場合は状況に応じて適切に処置する。なお、医療機関に搬送する必要があると判断した場合は、応急手当を行った上で、消防へ通報して、救急車の出動を要請する。

エ 各競技専門部は、被害状況等に基づき競技会の継続または中止について、関係機関を含め対応を協議する。

⁸ 全国の大気汚染状況について 24 時間情報提供している。また大気汚染測定結果(時間値)と 光化学オキシダント注意報・警報発令情報の最新 1 週間のデータを地図でみることができる。<http://soraname.taiki.go.jp/>

3 火災への対応

(1) 火災の発生に備えて

ア 火気を使用する場合、近くに燃えやすいものを置かない。

イ 電気器具におけるタコ足配線使用、定格以上の電気使用、不良コンセント類の使用、接続箇所への埃のたまりなど、火災につながる要因について事前に確認し、取り除く。

(2) 火災発見時の対応

ア 周囲に大声で火災発生を知らせるとともに、可能な範囲において初期消火に当たる。

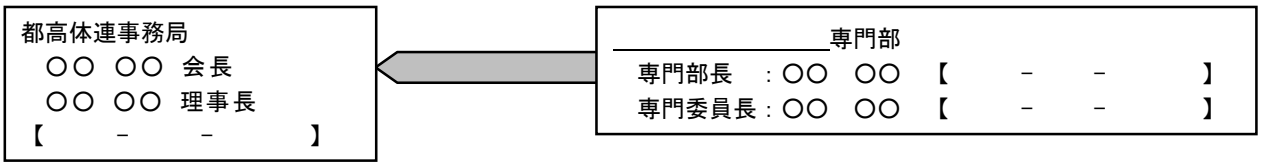
イ 状況に応じて非常ベルを鳴らし、各競技専門部及び施設管理者に知らせるとともに消防へ通報する。

ウ 発生後のアナウンスと誘導を適切に行い、関係者の安全を確保する。

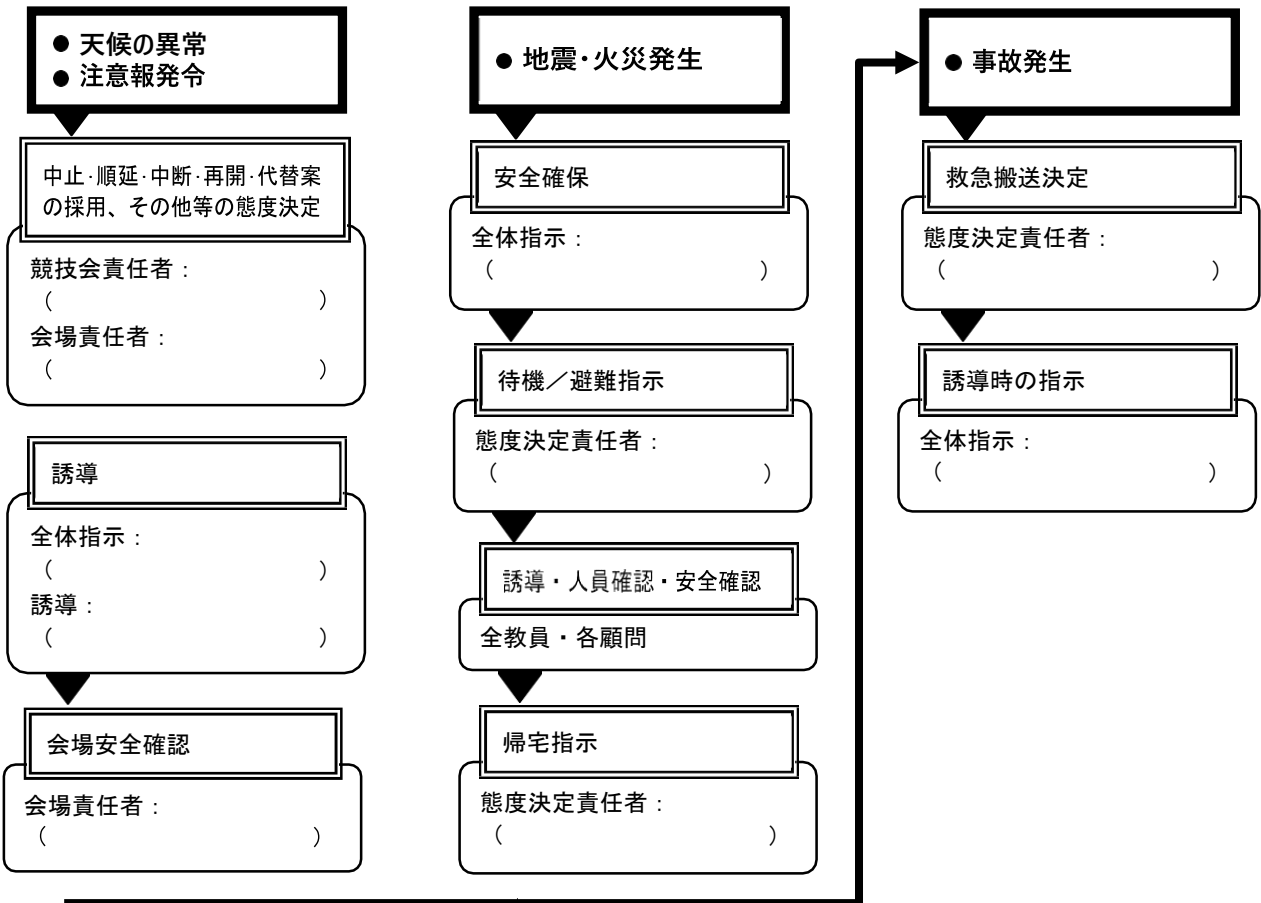
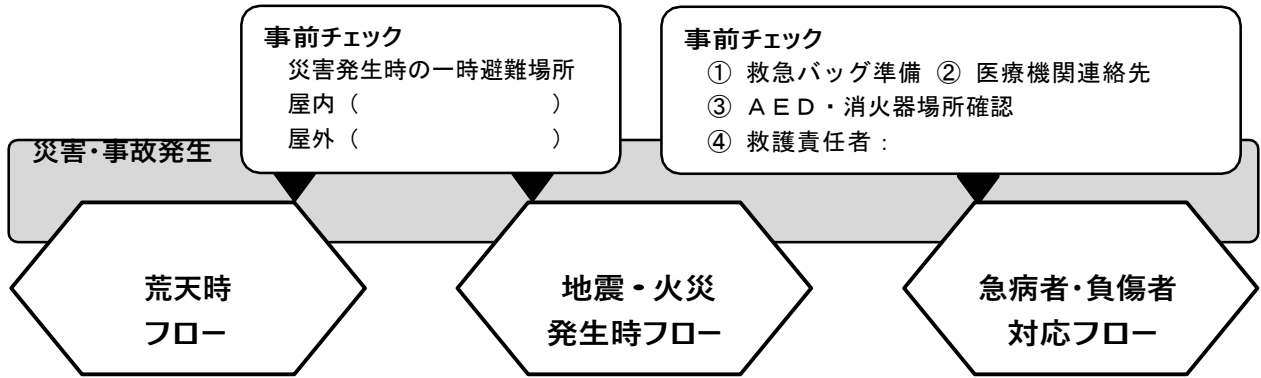
エ 負傷者の有無を確認し、存在する場合は状況に応じて適切に処置する。なお、医療機関に搬送する必要があると判断した場合は、応急手当を行った上で消防へ通報して、救急車の出動を要請する。

オ 各競技専門部は、火災及び被害の状況等に基づき、競技会の継続または中止について、関係機関を含め対応を協議する。

図2 危機管理フローA 組織図



- 緊急時に備えた事前確認事項**
- 1 EAP（緊急時対応計画）の作成・周知
 - 2 緊急時における対応体制の整備（危機管理フローの作成）
 - 3 競技会会場等における危険箇所の解消と設営時の安全確認
 - 4 代替案の作成及び周知
 - 5 参加者に対する安全の補償



※ 急病者・負傷者が出た場合

図3-1 危機管理フローB1 荒天時対応

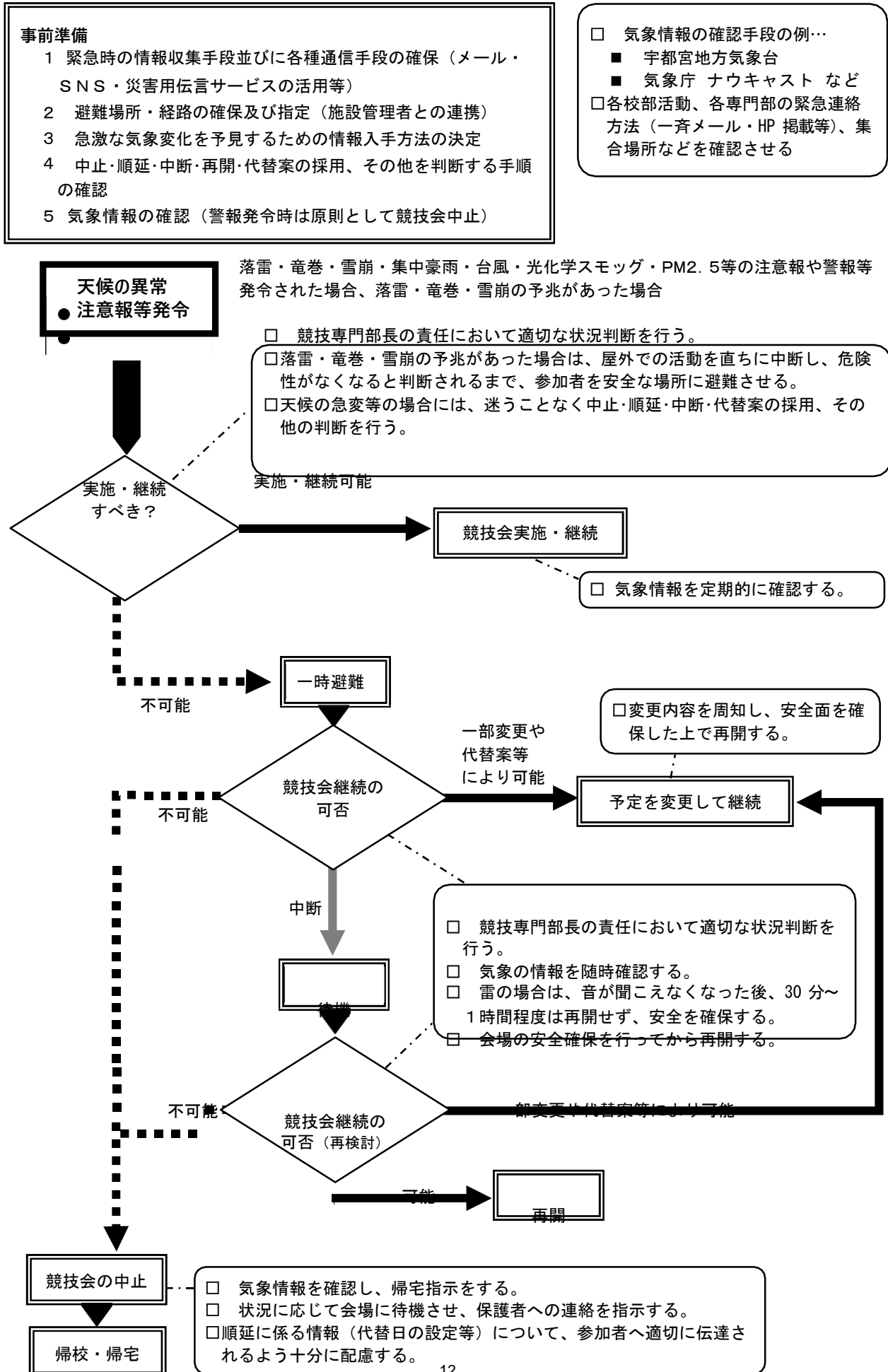


図3-2 危機管理フローB2 地震・火災発生時対応

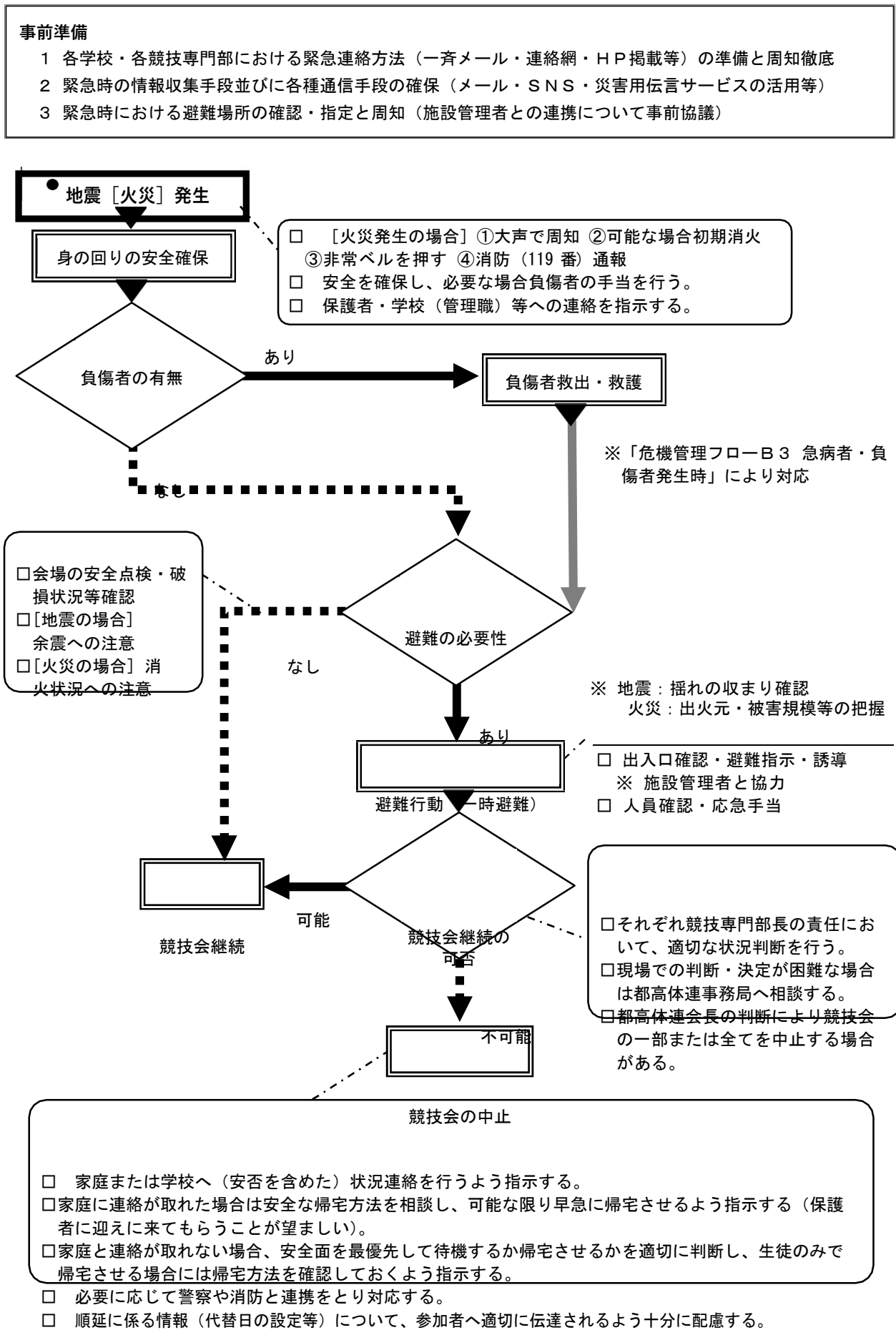
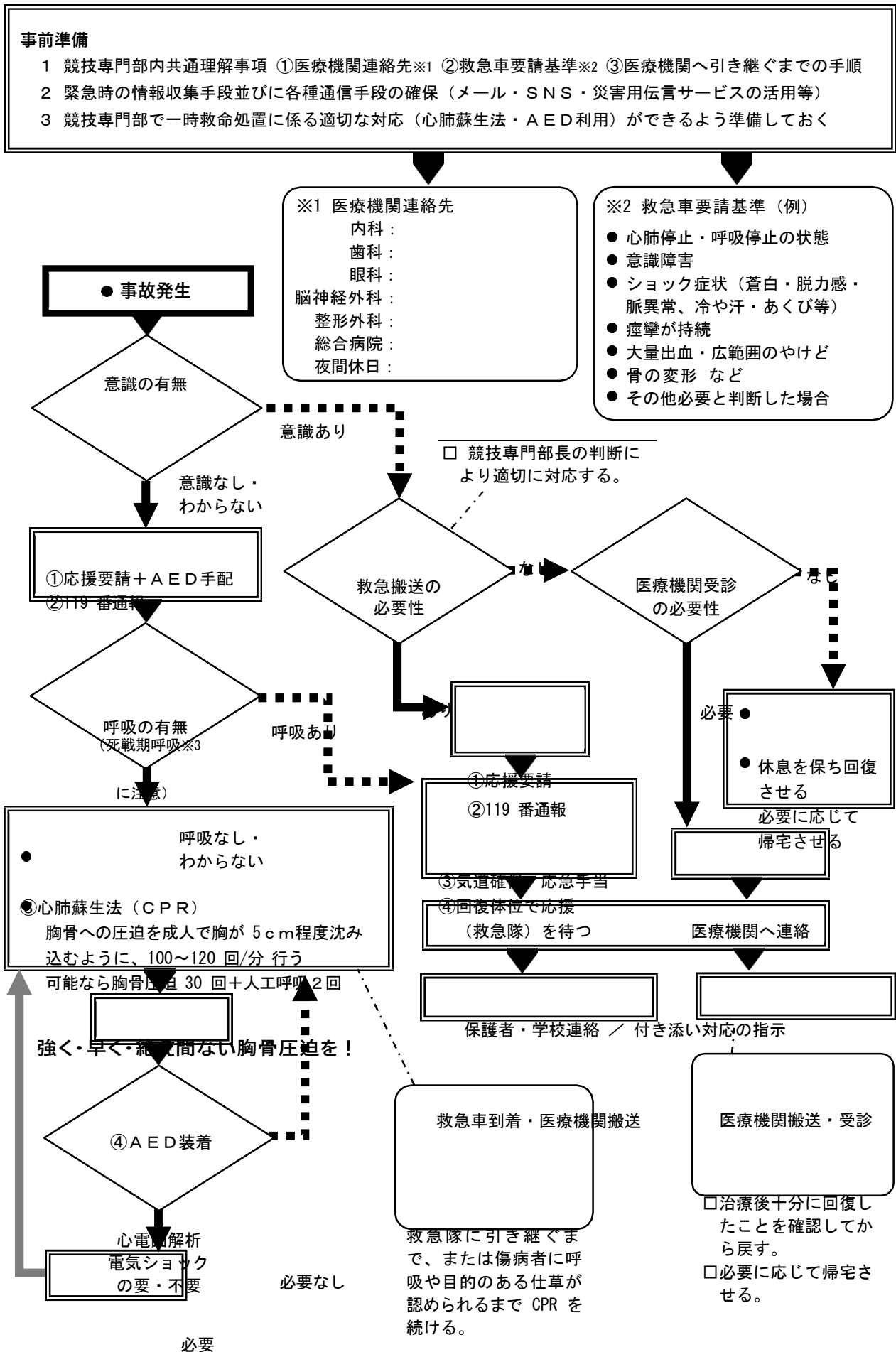


図3-3 危機管理フローB3 急病者・負傷者発生時対応



ショック1回

※3 死戦期呼吸…心停止直後にみられる、しゃくりあげたり、途切れ途切れに起きる呼吸。顎が動いているだけで胸が動いておらず、肺での酸素化ができていないため、呼吸をしていない傷病者と同様に対応する必要がある。(心停止状態)

IV 疾病等に対する予防及び対応

1 競技会で配布する弁当での食中毒の予防及び対応

(1) 予防

- ア 各競技専門部は弁当業者に対し、食中毒に関して注意喚起する。
- イ 各競技専門部は参加者に対し、配布後の弁当は速やかに食べることに、時間が経過した弁当については食べないようにすることを注意喚起する。

(2) 発生時の対応

- ア 食中毒が疑われる場合、各競技専門部は速やかに医療機関を受診させる。
- イ 各競技専門部は都高体連事務局へ報告するとともに、必要に応じて保健所等に報告する。

2 熱中症の予防及び対応

(1) 予防

ア 熱中症予防の原則

① 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと

暑い時期の運動はなるべく涼しい時間帯にるようにし、休憩を頻繁に入れ、こまめに水分を補給する。WBGT(湿球黒球温度)⁹等により環境温度の測定を行い、下記の「熱中症予防運動指針」を参考に運動を行う。汗には塩分も含まれているので水分補給は0.1～0.2%程度の食塩水がよい。運動前後の体重を測定すると水分補給が適切であるかが分かる。体重の3%以上の水分が失われると体温調節に影響するといわれており、運動前後の体重減少が2%以内におさまるように水分補給を行うのがよい。激しい運動では休憩は30分に1回はとることが望ましい。

② 暑さに徐々に慣らしていくこと

熱中症は梅雨明けなど急に暑くなった時に多く発生する傾向がある。また、夏以外でも急に暑くなると熱中症が発生する。これは体が暑さに慣れていないため、急に暑くなった時は運動を軽くして、1週間程度で徐々に慣らしていく必要がある。週間予報等の気象情報を利用して気温の変化を考慮した1週間の活動計画等を作成することも大事である。

③ 個人の条件を考慮すること

肥満傾向の人、体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動を軽減する。特に肥満傾向の人は熱中症になりやすいので、トレーニングの軽減、水分補給、休憩など十分な予防措置をとる必要がある。また、運動前の体調のチェックや運動中の健康観察を行い、下痢、発熱、疲労など体調の悪い人は暑い中で無理に運動をしない、させない。

④ 服装に気を付けること

服装は軽装とし、透湿性や通気性のよい素材にする。直射日光は帽子で防ぐようにする。

⑤ 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること

- イ 各競技専門部は、状況に応じて、競技会の中断や水分補給を行わせるなど、熱中症予防に努める。

⁹ 温度環境を評価する指標…WBGTは暑さ寒さに関係する気温、湿度、輻射熱、気流の4要素を取り入れた指標

- ① 熱中症指数モニターにより活動環境の状況を把握し、中断等の判断に活用する。
- ② クーリングブレイク（休憩）の採用など、競技規定やルール変更等の採用条件をあらかじめ定めておき、積極的に運用する。
- ③ ホームページでの事前周知や会場アナウンス等により、熱中症予防を促す広報を行う。
- ④ 屋外競技ではテントを設置するなど参加者が日陰を利用できるよう準備する。
- ⑤ 万が一の救急搬送事態発生時に備え、簡易アイスバス（家庭用プールに冷水を入れたものなど）や送風機などをあらかじめ準備するなど、搬送依頼から救急車到着時まで迅速に体温を低下させるための準備を整えておく。

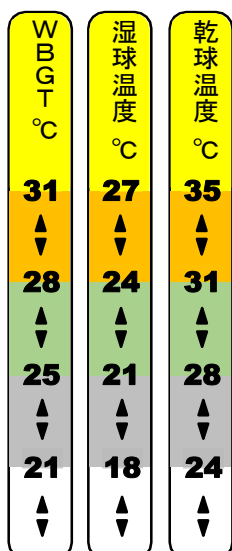
ウ 東京都高等学校体育連盟「暑熱環境下大会運営ガイダンス」に従い、大会を運営する。

4月から9月まで（環境省「熱中症予防強化キャンペーン」期間）の期間の中で、大会当日のWBGT計による環境温度の測定値を大会開催可否判断の基準として用い、以下の通り運営する。

- ① 基準A：WBGT 31℃＝熱中症予防のための運動指針「原則運動中止」水準
 - ・大会の中止または延期を検討する（開催中は一時中断し、態度判断）。
 - ・中央競技団体等より、対応方針やリスク回避のための具体的対応等が示されている場合はそれらに従う。
- ② 基準B：WBGT 33℃＝熱中症アラート水準
 - ・事前にアラートが発令されたり（空調完備設備を除く）実測値が基準を超えた場合、原則中止又は延期とする。
 - ・全国・関東など上位につながる県予選大会やそれらの支部予選において、やむを得ず開催・継続せざるを得ない場合、部長判断により態度を決定する。
- ③ 基準C：WBGT 35℃＝最終判断水準
 - ・速やかに大会を中断し、本部において中止又は延期とすることを検討する。
 - ・上位大会の代表選考等に位置づく大会で、やむを得ず継続を検討する場合は、本部及び高体連事務局による協議のもと、部長（必要に応じて会長）判断により態度決定を行う。

資料4 熱中症予防運動指針

- 1) 環境条件の評価にはWBGT が望ましい。
- 2) 乾球温度を用いる場合には、湿度に注意する。湿度が高ければ、1 ランク厳しい条件の運動指針を適用する。



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。
嚴重警戒 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分おきに休息をとり水分・塩分を補給する。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。
警戒 積極的に休息	熱中症の危険性が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
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。
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。

※暑さに弱い人：体力のない人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

出典：(公財)日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」令和元年5月改訂

(2) 発生時の対応

ア 風通しの良い場所や、冷房の効いた室内などへ移動させる。

イ 衣服を緩めて風通しを良くする。

ウ 水分や塩分をしっかりと補給させる。

① 筋肉の痛みや痙攣がある場合は、生理食塩水（0.9%）を摂取させる。

② めまいや倦怠感、むかつきや嘔吐、頭痛がある時には、イオン飲料や経口補水液を補給させる。

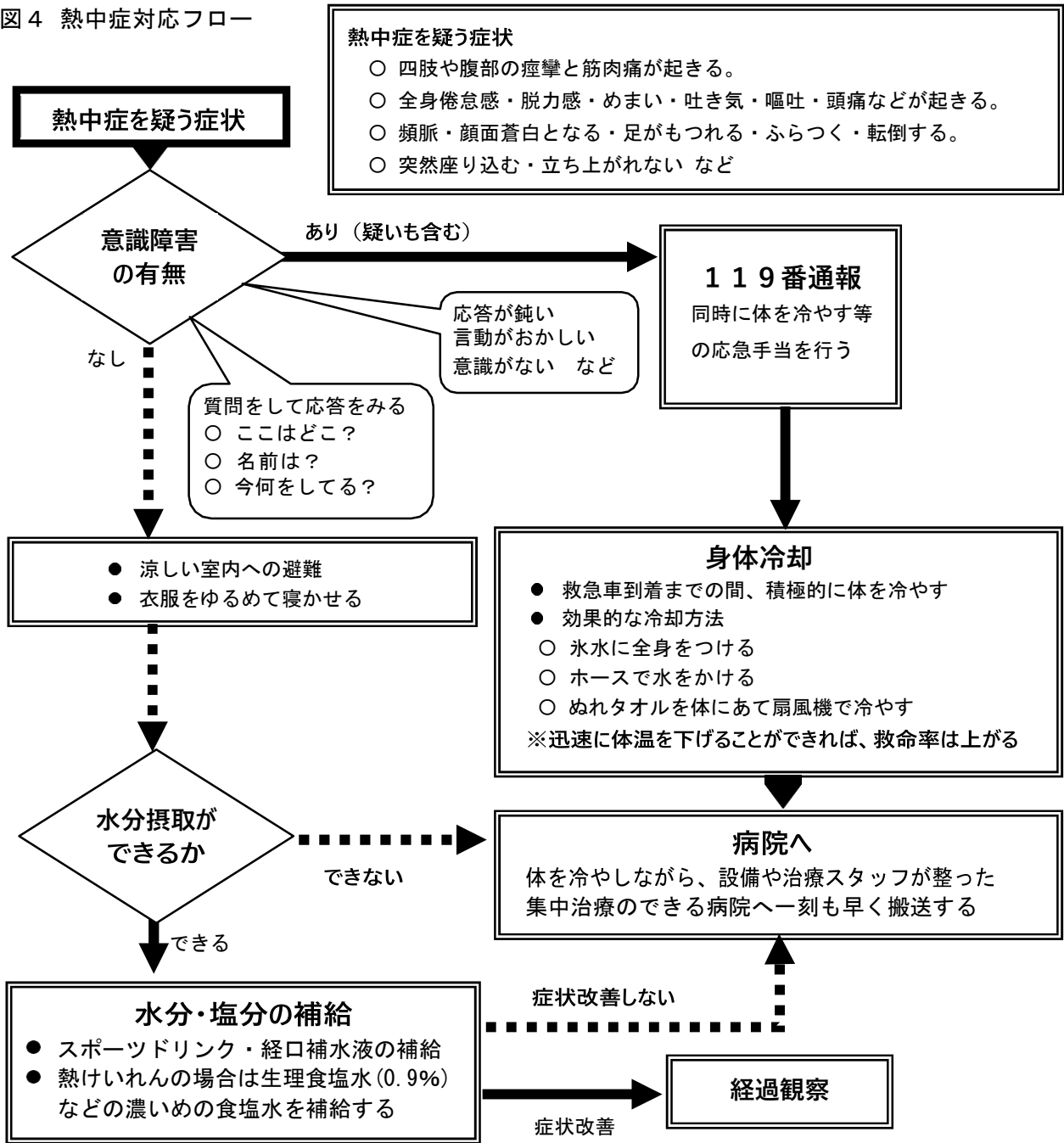
エ 冷たい濡れタオルを、大きい動脈のある首筋、腋の下、足の付け根などに当てて体を冷やす。

オ 意識が朦朧とし、呼びかけに対し返答がない、刺激への反応が鈍い、頭痛、手足のしびれ、吐き気、呼吸困難、失神などの症状が生じた場合は医療機関へ搬送する。

【参考資料】

- ・「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」（独）日本スポーツ振興センター 平成 31 年3 月
- ・「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」公財）日本スポーツ協会

図4 熱中症対応フロー



出典・参考：熱中症予防のための啓発資料「熱中症を予防しよう ー知って防ごう熱中症ー」
独立行政法人日本スポーツ振興センター

資料5 熱中症予防情報サイト

【PC向け】

<http://www.wbgt.env.go.jp/>

【スマートフォン向け】

<http://www.wbgt.env.go.jp/sp>

【携帯電話向け】

<http://www.wbgt.env.go.jp/kt>



出典：「環境省 熱中症予防情報サイト」を加工して作成 (<http://www.wbgt.env.go.jp/>)

3 感染症（インフルエンザ・感染性胃腸炎等）の予防及び対応

(1) 予防

ア インフルエンザウイルス・ノロウイルス等による感染症は、主に、感染者の咳やくしゃみによる飛沫を吸い込むことや、ウイルスに触れた人の手を介して感染が拡大するので、石鹸による手洗いの習慣づけやマスクの着用などで感染を予防する。

イ 免疫力が低下していると、ウイルスに感染しやすくなり、重症化するおそれがあるので、普段から、十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけ免疫力を高めておくなど、選手の体調管理について指導者に注意を促す。

ウ 各競技会会場で消毒剤を配備し、屋内であれば会場の換気などをこまめにする等、感染症予防に努める。

(2) 発生時の対応

ア 発熱や嘔吐、下痢などの症状を訴える参加者が発生し、インフルエンザやノロウイルス等に感染もしくは感染の恐れがあると予想される場合には、速やかに感染者を隔離するなど、集団感染の拡大防止に努める。

イ 体調を確認し、状況に応じて、保護者への連絡と迎えの要請、医療機関への受診依頼などを指示する。

4 その他重篤な疾病等への対応

(1) 心肺停止時における対応について

ア 速やかに応援を要請し、救急車の出動を要請するとともにAEDを準備する。

イ 直ちに心肺蘇生を開始する。

(2) 頭頸部損傷への対応について

ア 速やかに応援を要請し、救急車の出動を要請するとともにAEDを準備する。

イ 呼吸が確認できない場合は、頸部の安静に留意し、心肺蘇生を開始する。

【参考資料】

・「スポーツ事故防止ハンドブック」(独)日本スポーツ振興センター 令和2年12月

V その他想定される要対応事項

1 不審者侵入時の対応

(1) 予防

ア 各競技専門部は競技会会場等に不審者が侵入した際の安全確保の対応について、参加者に周知しておく。

イ 必要に応じて参加者にIDカードを発行するなどの対応を行う。

(2) 不審者かどうか疑わしい場合や問題発生時の対応¹⁰

ア 不審者かどうかを確認する。（受付での対応や声かけ等により判断する。）

イ 立入の正当な理由がない場合は退去を求める。

ウ 危害を加える恐れのある場合は隔離し、警察へ通報する。

エ 参加者を安全な場所へ避難誘導する。

オ 負傷者がいる場合は、速やかに消防に通報すると共に、応急手当等を実施する。

カ 必要に応じて保護者への連絡、説明等を行う。

キ 都高体連事務局へ緊急対応報告書（様式1）を提出する。

2 Jアラート発令時の対応

競技会への移動前は、自宅待機とする。また、移動中に発信があった場合は下記のとおり速やかな避難行動をとるように事前に参加者に周知しておく。

競技会中においては、原則として活動を中断し、観客等を含め避難等の指示を行う。

(1) 速やかな避難行動

ア 屋外にいる場合、近くの建物の中か地下に避難させる。

イ 建物がない場合、物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守るよう指示する。

ウ 屋内にいる場合、窓から離れるか、窓のない部屋に移動するよう指示する。

(2) 正確かつ迅速な情報収集

ア 情報収集に努め、行政からの指示があればそれに従う。

イ 参加者の安否を確認し、必要に応じて保護者への安否情報の伝達を行う。

ウ 必要に応じて、生徒の保護者への引き渡しを行う。

エ Jアラートに係る対応については、中止・順延・中断・再開・代替案の採用、その他がある場合には、都高体連事務局に緊急対応報告書（様式1）を提出する。

【参考資料】

・「弾道ミサイル落下時の行動について」文部科学省

¹⁰ 対応については、必ず複数の関係者で当たる。

弾道ミサイル落下時の行動について

弾道ミサイルは、発射からわずか10分もしないうちに到達する可能性もあります。ミサイルが日本に落下する可能性がある場合は、国からの緊急情報を瞬時に伝える「Jアラート」を活用して、防災行政無線で特別なサイレン音とともにメッセージを流すほか、緊急速報メール等により緊急情報をお知らせします。

- ①速やかな避難行動
- ②正確かつ迅速な情報収集

行政からの指示に従って、落ち着いて行動してください。



国民保護ポータルサイト
武力攻撃やテロなどから身を守るために



事前に確認しておきましょう。
http://www.kokuminhogo.go.jp/shiryuu/hogo_manual.html

——ミサイル落下時には、こちらから政府の対応状況をご覧いただけます——



首相官邸
ホームページ
www.kantei.go.jp/



Twitterアカウント
首相官邸災害・危機管理情報
[@Kantei_Saigai](https://twitter.com/Kantei_Saigai)



Jアラート（例）直ちに避難。直ちに避難。直ちに建物の中、又は地下に避難してください。ミサイルが落下するものとみられます。直ちに避難してください。

メッセージが流れたら

落ち着いて、直ちに行動してください。

- 屋外にいる場合 近くの建物の中か地下に避難。
(注) できれば頑丈な建物が望ましいものの、近くなければ、それ以外の建物でも構いません。
- 建物がない場合 物陰に身を隠すか、地面に伏せて頭部を守る。
- 屋内にいる場合 窓から離れるか、窓のない部屋に移動する。



- 屋外にいる場合：口と鼻をハンカチで覆い、現場から直ちに離れ、密閉性の高い屋内または風上へ避難する。
- 屋内にいる場合：換気扇を止め、窓を閉め、目張りをして室内を密閉する。

VI 指導者の育成と資質向上に向けた取組

各競技専門部は各競技の専門的知識を備えた指導者を育成するとともに、併せて危機管理に関して全ての指導者の資質向上を図るため、内部研修の実施や、中央競技団体やその他関係機関団体が開催する外部の講習会、研修会等に積極的に参加させるなど研鑽の場を継続的に提供していくよう努める。

【参考資料】

- ・「運動部活動での指導のガイドライン」文部科学省 平成 25 年 5 月

緊急対応報告書

(様式1)

報告者	氏名		所属	
	緊急連絡先 (携帯電話)	-	-	

専門部名			
競技会名			
会場			
期日			
対応時刻	対応区分	内容・理由等	
:			
:			
:			
:			

※ 「対応区分」は、「中止」「順延」「中断」「再開」「代替案の採用」「その他」のいずれかを記載してください。(エクセルデータの入力の際は、ドロップダウンリスト(▼ボタン)から選択してください。)

※ 「内容・理由等」の欄は、気象状況や突発的事象、競技の進捗状況等について記載してください。

※ 「順延」の場合は、「内容・理由等」の欄に「代替日」「会場」「競技の実施状況」等を記載してください。

※ 緊急対応を行った場合は、速やかに東京都高体連事務局あて報告を行ってください。

【記載例】

対応時刻	対応区分	内容・理由等
14 : 00	中断	雷のため
15 : 15	再開	天候回復のため

報告先	東京都高等学校体育連盟事務局
	【E-mail】 staff@tokyo-kotairen.gr.jp

事故報告書

(様式2-1)

報告日時	(西暦)	年	月	日 ()	時	分	第	報
------	------	---	---	-------	---	---	---	---

報告者	氏名		所属	
	緊急連絡先 (携帯電話)	-	-	

専門部名	
競技会名	
発生場所	
発生日時	(西暦) 年 月 日 () 時 分頃

被災者					
人数	計	名 (男	名・女	名)	※複数名の場合は別紙名簿を添付し報告 (様式2-1と様式2-2を使用)
ふりがな		性別		年齢	歳
氏名		区分		※下段を参照し番号を入力	
所属		学年		年	
区分番号	1 生徒 2 引率者 3 外部指導者 4 役員 5 補助員 6 保護者 7 観覧者 8 その他				

概要	
発生状況	
発生後の 処置・症状	
経過・現状	

被災者の搬送先	
医療機関名	連絡先
	- -
住所	

搬送先への同行者		
氏名	被災者との関係	連絡先(携帯電話)
		- -
		- -

事故報告書【被災者名簿】

(様式2-2)

※下段を参照し番号を入力

注意：様式2-1に発生状況等を記載し合わせて報告

No.	ふりがな 氏名	性別	年齢	区分	所属	学年	搬送先		搬送先への同行者		
							医療機関名	連絡先	氏名	被災者との関係	連絡先(携帯電話)
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											

区分番号	1 生徒	2 引率者	3 外部指導者	4 役員	5 補助員	6 保護者	7 観覧者	8 その他
------	------	-------	---------	------	-------	-------	-------	-------

資料7 関係機関連絡先

東京都内の警察署一覧

緊急の場合は 110 番通報で！

https://www.keishicho.metro.tokyo.lg.jp/about_mpd/shokai/ichiran/



東京都内の消防本部一覧

緊急の場合は 119 番通報で！

<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/tfd/>



東京都内の保健所等一覧（2区）

https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kenkou/shisetsu/kuho_list.html



東京都内の保健所等一覧（市町村）

https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/kenkou/shisetsu/shiho_list.htm

|



第2章 運動部活動における事故防止と安全対策

I 危機管理の重要性

1 学校における危機管理の基本的な考え方

学校における教育活動中に、安全を脅かす事件や事故などが発生した、あるいは、発生しそうな状態を危機と捉え、人々の生命や心身等に危害をもたらす様々な危険が防止され、万が一、事件・事故が発生した場合には、被害を最小限にするために適切かつ迅速に対処する取組を危機管理という。

危機管理は、概して言うと、事前（平時・日常）の危機管理（リスク・マネジメント）及び事後（発生直前・発生時及びその後）の危機管理（クライシス・マネジメント）の2つの側面がある。前者は、平時から早期に事件・事故が起こる予兆（異状）や危険を予測・発見し、その危険等を確実に除去することに重点が置かれ、後者は、万が一事件・事故が発生した（しそうな状態）場合に、適切かつ迅速に対処・避難し、被害を最小限におさえること、さらには、類似の再発の防止と通常の生活の再開に向けた対策を講じることを中心とした危機管理である。

学校における危機管理は、部活動も含めた教育活動全般において、その2つの側面を意識して施設設備等の安全点検や安全に関わるルールの徹底等を図るとともに、教員や指導者の指導はもちろん生徒の主体的な活動なども含めて安全教育と一体的かつ組織的な取組を進める必要がある。

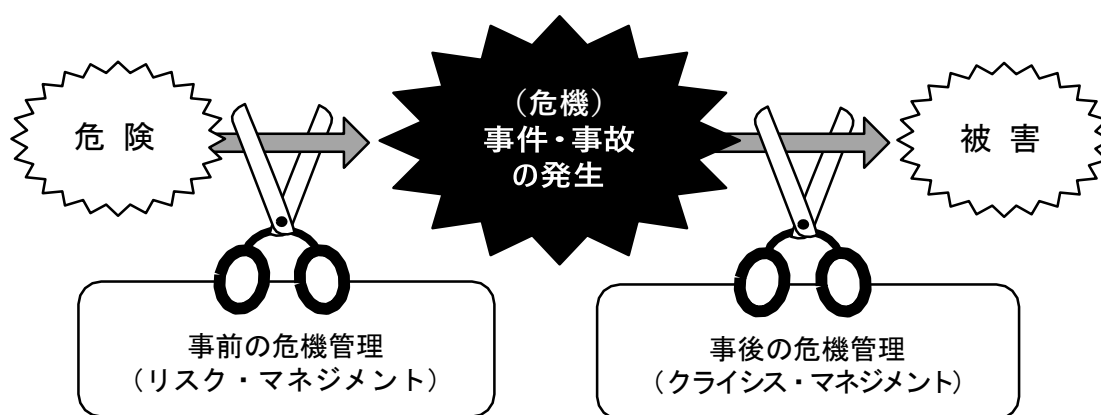


図5 危機管理の2つの側面
(学校の安全管理に関する取組事例集 平成15年3月 文部科学省)

2 スポーツ事故の発生要因と事故防止のポイント

日本スポーツ振興センター（スポーツ庁委託）によるスポーツ事故防止対策事業での調査研究等において、保健体育や学校行事、運動部活動などを包含したスポーツ活動で

の事故(以下、「スポーツ事故」という。)の発生には、図に示すように、「主体の要因」、「運動の要因」、「環境の要因」、「用具の要因」が関わり合っており、それらの要因に対応して事故防止に努めることが必要であることが明らかになっている。

また、スポーツ事故の発生と防止全般に深く関わる要因として、指導者の取り組み姿勢、指導や管理の進め方、研修や共通理解に基づく組織的な取組などが事

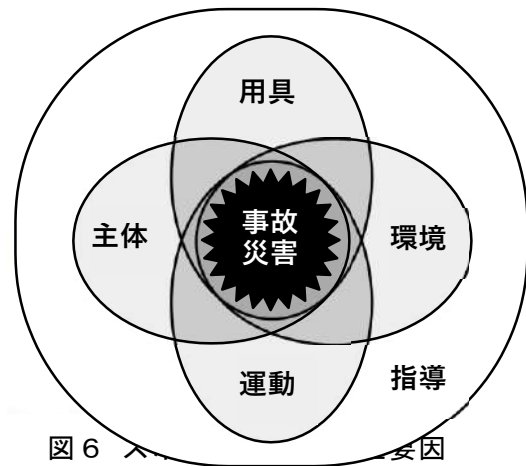


図6 スポーツ活動の要因
(学校でのスポーツ活動での事故を防ぐために平成29年度日本スポーツ振興センター)

前の事故防止や事後の対応に影響を与えている。

本マニュアルでは、それらを踏まえて再整理し、次の3項目に分け、各競技別に想定される事故事例と予防策を示し、関連するチェックリストも掲載しているので、参考に して、競技会の運営や部活動の指導に活用してもらいたい。

- ① 主として施設・設備・用具が要因となって起こる事故
- ② 主として活動内容が要因となって起こる事故
- ③ 主として環境条件等が要因となって起こる事故

なお、類似の事故を繰り返さないためのポイントは次のようなことが挙げられる。

類似のスポーツ事故を繰り返さないためのポイント

1. 指導者が安全に関する理解を深め、以下の点に留意して事故防止と安全確保を重視した競技会や部活動の運営に努めるなど危機管理意識を高め、生徒とも共有することが必要である。
2. 生徒同士及び生徒と指導者のコミュニケーションに努め、異常を早期に発見・共有できるようにする。
3. 正しい技術の習得や体幹強化や股関節の可動域の拡大などのトレーニング等を継続的に行う。
4. 安全指導は、競技の特性や過去の事故事例を踏まえて、効果的に行い、試合も安全指導（教育）の場と捉えて対応する。
5. 学校保健安全法に基づいた健康管理（健康診断、健康観察と事後措置）を徹底するとともに、運動前、運動中、事後の健康観察を徹底する。
6. 気象の急激な変化、長時間の練習や合宿、試合などでは、安全に特に配慮する。
7. A E Dは活用しやすい場所に配置し、必要な場合にはためらわずに使用する。
8. 「ヒヤリ・ハット」事例、過去の事故事例を元にした研修の実施及び校内外の救急・緊急連絡体制を確立する。
9. 関係の通知やガイドラインなどを確認し、教育委員会や各体育・競技団体等と連携したきめの細かい危機管理を進める。
10. 不可抗力とされていた事故の防止は、安全保護具の積極的な活用を検討する。

部活動チェック表【屋外用】

月	日()	部活動名	名	天候			
				測定時刻	WBGT °C	気温 °C	湿度 %
参加状況	1年生		名	気候			
	2年生		名				
	3年生		名				

生徒が行う部活動場所等の安全確認 (○・・異状なし ×・・異状あり→状況・措置等を記入する。)				
	項目	確認結果 (○・×)		状況・措置等
活動前	グラウンドの状態はよいですか。 (凹凸、ガラス片などの有無)			
	練習の障害となるものが置かれていないですか。			
	用具や施設はきちんと使用できますか。			
	他の部と共同使用のとき、お互いの活動場所について相談をしましたか。			
	救急箱(応急薬品等)や水(アイスパック)等の準備はしていますか。			
	けが・体調不良者は、いましたか。	有	無	
活動後	グラウンドの整備はしましたか。 (凹凸、ガラス片などの有無)			
	使用した用具の後片付けはしましたか。			
	使用した用具や施設にいつもと違ったことはなかったですか。			
	けが・体調不良者は、いましたか。	有	無	

活動中の取組状況の確認			
項目	確認結果(○・×)		状況・措置の状況や改善すべき点等
WBGTの指針を確認しましたか。	実施	未実施	
必要に応じて水分補給の時間をとりましたか。	実施	未実施	
ウォーミングアップをしましたか。	実施	未実施	
クーリングダウンをしましたか。	実施	未実施	

記載者	<input type="checkbox"/>	キャプテン
	<input type="checkbox"/>	マネージャー
	<input type="checkbox"/>	その他の部員()

顧問確認欄

部活動チェック表【屋内用】

月 日()	部活動名			気候	天候		
					測定時刻	WBGT °C	気温 °C
参加状況	1年生		名	：			
	2年生		名	：			
	3年生		名	：			

生徒が行う部活動場所等の安全確認 (○・・異状なし ×・・異状あり→状況・措置等を記入する。)

	項 目	確認結果 (○・×)		状況・措置等
活動前	フロアの状態はよいですか。(破損、水ぬれなどの有無)			
	練習の障害となるものが置かれていないですか。			
	用具や施設はきちんと使用できますか。			
	他の部と共同使用のとき、お互いの活動場所について相談をしましたか。			
	救急箱(応急薬品等)や氷(アイスパック)等の準備はしていますか。			
	けが・体調不良者を確認しましたか。	有	無	
活動後	フロアの状態はよいですか。(破損、水ぬれなどの有無)			
	使用した用具の後片付けはしましたか。			
	使用した用具や施設にいつもと違ったことはなかったですか。			
	けが・体調不良者を確認しましたか。	有	無	

活動中の取組状況の確認

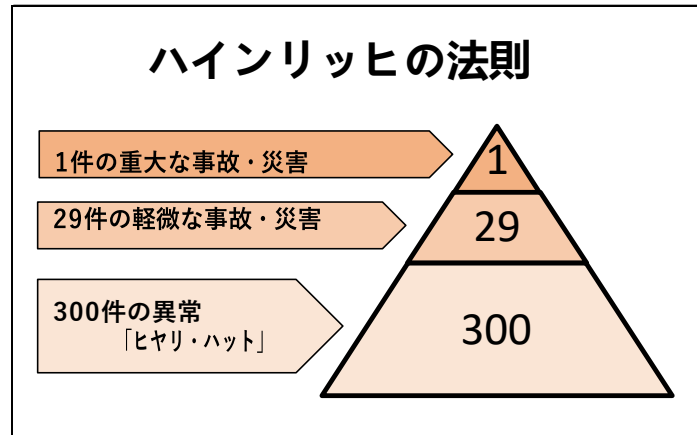
項 目	確認結果(○・×)		状況・措置の状況や改善すべき点等
WBGTの指針を確認しましたか。	実施	未実施	
必要に応じて水分補給の時間をとりましたか。	実施	未実施	
ウォーミングアップをしましたか。	実施	未実施	
クーリングダウンをしましたか。	実施	未実施	

記載者	<input type="checkbox"/> キャプテン
	<input type="checkbox"/> マネージャー
	<input type="checkbox"/> その他の部員()

顧問確認欄

3 ハイน์リッヒの法則

アメリカの損害保険会社で調査に携わっていたハーバード・ウィリアム・ハイน์リッヒが 1929 年に発表した論文において言及したものである。「1 件の重大な事故・災害の背後には、29 件の軽微な事故・災害があり、その背景に



は 300 件の異常(『ヒヤリ・ハット』事例の経験)がある」という労働災害における経験則の一つで、「1 : 29 : 300 の法則」ともいう。

この法則は、想定される内外の様々なリスクを適切に管理する経営管理手法の一つとされる危機管理の観点からスポーツ事故対策にも当てはめることができる。運動部活動や競技会において指導者・選手が感じた「ヒヤリ・ハット」事例を記録・集約し、共有してその原因に応じた安全対策を講じることが重大な事故・災害を未然に防ぐことにつながる。

4 PDCAサイクル

PDCAサイクルは、生産・品質などの管理を円滑に進めるための手法として用いられてきたが、近年、様々な分野において危機管理が重要になってきたことから、スポーツを含めた広い分野で用いられるようになった。

①Plan(計画)、②Do(実行)、③Check(評価)、④Act(改善)のステップを繰り返し、改善し続けることで、危機管理のパフォーマンスを継続的に向上させていくことができる。



II 危機管理の実践

1 安全確認チェックリスト

各競技専門部が「重大な事故防止に向けた安全対策」を活用し、想定される事故や傷害の原因を再確認するとともに、競技会運営における安全対策の徹底を参加者に図らせなければならない。

また、競技会会場ごとに「安全確認チェックリスト」を用いて、安全対策がなされているかどうかを確認するとともに、事故・災害、「ヒヤリ・ハット」事例等を含む競技会運営を評価し、以降の運営方法や安全対策の改善に努めなければならない。

2 エマージェンシーアクションプラン(EAP)

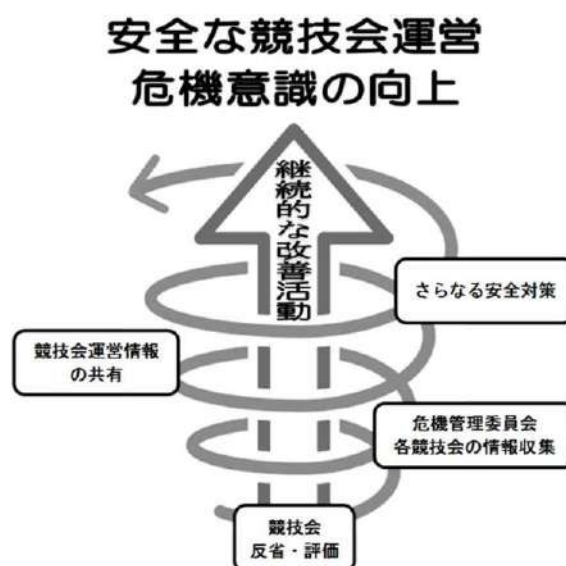
「エマージェンシーアクションプラン(Emergency Action Plan)」は、頭文字をとった「EAP」や「緊急時対応計画」と呼ばれている。スポーツ現場における安全管理体制の構築が欠かせないことから、競技会における事故や傷害の発生に対し、医療機関への搬送など迅速に対応するための計画書を競技会及び会場ごとに作成しておく必要がある。併せて、競技会会場において計画書を掲示、または配布し、参加者へ緊急時の対応を周知徹底させておくことが必要である。

3 危機管理委員会

都高体連は、安全な競技会運営を目指すとともに危機意識の向上を図るため、各専門部代表・定通部代表及び学識経験者を委員として組織された危機管理委員会を設置する。各競技専門部は競技会終了後、運営時に使用した「安全確認チェックリスト」や「EAP」から、事故・災害・「ヒヤリ・ハット」事例等を含む運営全般を評価するとともに、

以降の運営方法や安全対策の改善について記録し、各競技専門部内で周知徹底を図る。

危機管理委員会は、さらなる安全対策につなげるため、各競技専門部で示された反省や評価について情報を収集し、各競技専門部間で情報共有を図るなど、継続的な改善活動を展開していかなければならない。



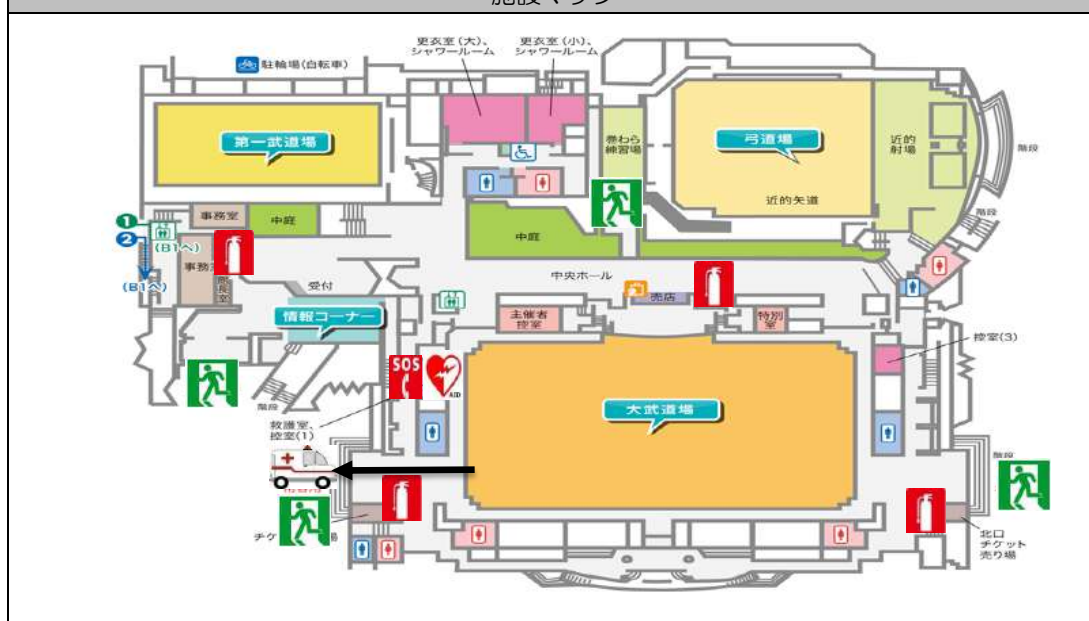
Emergency Action Plan

(緊急時対応計画)

基本情報

専門部名	〇〇〇専門部		
競技会名	令和〇年度東京都高等学校総合体育大会		
期日	令和〇年〇月〇日		
施設名	〇〇〇体育館		
施設目印	郵便局の隣		
住所	東京都新宿区〇〇1-2-3	TEL	03-0000-0000

施設マップ



※救急車停車位置、傷病者搬送経路、AED・消火器等の設置場所などを記入

連絡先

委員長	〇〇 〇〇	TEL	090-0000-0000	施設管理者	◎◎ ◎◎	TEL	090-0000-0000
会場主任	△△ △△	TEL	090-0000-0000	競技主任	◇◇ ◇◇	TEL	090-0000-0000
ドクター	●● ●●			看護師	▲▲ ▲▲		
警察	〇〇警察			TEL	03-0000-0110		
消防	〇〇消防署			TEL	03-0000-0119		
病院1	△△総合病院			TEL	03-0000-0001		
病院2	△△整形外科			TEL	03-0000-0002		
病院3	△△クリニック			TEL	03-0000-0003		
タクシー	◆◆交通			TEL	03-0000-0004		

設置場所/ルート

MS待機場所	大会本部	消火器	上記マップの通り
AED	大武道場救護室	救急箱	救護室
車椅子	大武道場救護室	担架	救護室
救急車入口	〇〇前信号	救急隊入口	南入り口

※MS：メディカルスタッフ

傷病者発生時の担当者【競技場】		傷病者発生時の担当者【観客席】	
処置	大会ドクター	処置	大会ドクター
連絡	引率者	連絡	会場主任
AED調達	〇〇専門委員	AED調達	〇〇専門委員
誘導	施設スタッフ	誘導	施設スタッフ

参考：(公財)日本アイスホッケー連盟(<https://www.jihf.or.jp/index.php>)

安全管理「エマージェンシーアクションプラン(EAP)」を参考にして作成

危機管理マニュアル

令和6年4月 策定

編集・発行

東京都高等学校体育連盟

東京都新宿区西新宿2-8-1東京都庁第二本庁舎15F

TEL 03-5320-7470

E-mail staff@tokyo-kotairen.gr.jp

URL <https://www.tokyo-kotairen.gr.jp/>

(案)



暑熱環境下大会運営ガイドンス

令和●年●月

東京都高等学校体育連盟

- 熱中症は比較的予防しやすい疾病であるが、学校管理下における熱中症死亡例は依然として存在し、最近ではその多くが高校の部活動で発生している。これまで「暑さを根拠として大会を延期・中止する基準や習慣がない」ことが「暑さを理由に活動を止める必要はない」という発想を招き、日常活動や合宿等において熱中症の重大事故が発生してきた。

- 近年、気象変動により毎年各地で「観測史上最高気温」を更新する中、参加生徒の体力低下や志向性の多様化、専門性を持つ顧問の減少等が相互に影響し合い、今後、万一の事態として本連盟主催大会中に熱中症重大事故が発生する可能性も有り得る。

- 当ガイダンスは参加生徒の自己責任、顧問教員の資質や指導力等に頼ることなく、主催者の対応と判断により重大事故を未然に防ぐことができるよう、暑熱環境下の大会運営において必要な対応や開催判断基準等を示し、参加者の安全を適切に確保しようとするものである。

○ **ガイドンスⅠ：暑熱環境下における大会運営上の具体的対応**

熱中症重症化リスクが懸念される暑熱環境下の大会（※）においては、熱中症予防の観点から以下の対策を講じて運営する。

※対象条件：事前の予報等により大会当日のWBGT最高値が28℃を超える見通し¹であること
(空調が完備された屋内競技施設で開催される大会は対象外とする)

1 熱中症警戒アラート発令に関する情報収集とWBGT実測値のモニタリング

- (1) 会場の環境温度をWBGT計でモニタリングし、少なくとも1時間ごとなど定期的に記録するとともに、常時、参加者へ周知する。
- (2) 事前にアラートが発令された場合は参加校へ速やかに伝達する。開催中に発令された場合は会場内で公表するとともに、原則として競技を中断し、継続に係る態度判断を行う。

2 場内アナウンス及び掲示物等による熱中症対策の啓発と安全管理に係る情報発信

熱中症予防に関する注意喚起の場内アナウンスやポスター掲示等を行う。また、暑熱環境下において大会を開催する際の対応内容や開催判断基準等について、ホームページ等を通じて周知を図る。

3 待機時における暑熱環境回避対応

直射日光を浴びる場所や熱がこもる場所に、生徒を長時間にわたり待機させない。必要に応じて屋内競技では送風機等の用意、屋外競技ではテント設営等を検討する。

4 発症時に備え、急速な身体冷却を促すための設備・用具、スタッフ等の事前準備

- (1) 空調完備の救護室を確保するなど、症状からの回復を促すための環境を準備する。
- (2) 熱中症リスクが高い競技では万一の重症例発生時に備え、以下の対応を検討する。
 - ア 症例者の身体冷却を効果的かつ速やかに行うための設備の準備（補足1参照）
 - ① 氷水浴法（アイスバス）又は冷水浴法
 - ② 水道水散布法
 - ③ 氷水で濡らしたタオルを全身に当てながら、冷房と扇風機で身体を冷却する方法
 - イ 医療従事者（医師・看護師・救命士など）の帯同

5 大会当日における健康チェックと給水管理の実施

事前の予報等により大会当日のWBGT最高値が31℃を超える見通しとなる中、大会を開催する場合、参加各校は「【資料】熱中症予防体調管理シート」を用い、大会当日朝に参加生徒に対し熱中症予防に係る健康観察を行うとともに、競技開始後、参加生徒における一定時間ごとの水分・電解質等の摂取状況をまとめて記録し、大会終了時に本部に提出する。

¹ WBGT28℃以上は（公財）日本スポーツ協会「熱中症予防のための運動指針」（2013年）における「厳重警戒」水準。なお直射・輻射のある屋外では、環境省等が示す予測値に比べ実測値が2℃程度高くなる可能性があることに注意を要する。

○ ガイダンスⅡ：WBGTに基づく大会開催可否の判断基準

WBGT計による環境温度の測定値〔補足2-1参照〕を大会開催可否判断の基準として用い、以下の通り運営する。

1 基準A：WBGT 31℃＝熱中症予防のための運動指針「原則運動中止〔補足2-2参照〕」水準

- (1) 事前にこの水準を超えることが予測される場合や、開始前に実測値が超えた場合は、競技特性や大会の性質等を踏まえ、中止又は延期とすることを検討する。
- (2) 開催中に実測値がこの水準を超えた場合は、状況に合わせて一時中断し、態度判断を行う。継続にあたっては、必ず都高体連「暑熱環境下大会運営ガイダンス」及び各専門部による熱中症予防ガイドラインに示す対策を講じる。対応ができない場合は開催しない。
- (3) 中央競技団体等により、開催可否判断等に係る対応方針やリスク回避のための具体的対応等が示されている場合、それらに従う。
- (4) 以下に該当する生徒は監督・顧問と相談の上、参加をとりやめることを検討する。
 - ア 「【資料】熱中症予防体調管理シート・事前の健康確認」にチェックが入らない項目がある生徒
 - イ 熱中症リスクが高い生徒〔補足2-3参照〕

2 基準B：WBGT 33℃＝熱中症アラート水準

- (1) 事前にアラートが発令されたり（空調完備会場を除く）、実測値が超えたりした場合²、原則として中止又は延期とする。
- (2) 全国・関東など上位につながる県予選大会やそれらの支部予選において、代表選出と日程・会場確保の都合等から、やむを得ず開催・継続せざるを得ない場合、部長判断により態度を決定する。開催する場合は基準Aに準じて対応する。なお、シード決めにつながる支部予選は、本件の対象としない。また、選考やランキングなどで代表を決定できる場合は、それらの方法を採用し、大会を開催しない。
- (3) 参加者のうち症状発症によって競技の継続ができない者が2名以上認められた場合、大会を一時中断する。本部による協議のもと、部長判断により中止・延期・継続等に係る態度を決定する。

3 基準C：WBGT 35℃＝最終判断水準

- (1) 基準Bによる判断のもと開催中において実測値がこの水準を超えた場合、速やかに大会を中断し、本部において中止又は延期とすることを検討する。
- (2) 上位大会の代表選考等に位置づく大会で、予備日・会場がなく他に代表選考方法がないなど、万一やむを得ず継続を検討する場合には、本部及び都高体連事務局による協議のもと、部長（必要に応じては会長）判断により態度決定を行う。

4 緊急対応報告書の提出について

特別な事情から部長判断により、基準Cを超える環境下で上位につながる大会を実施した場合、及び基準Bを超える環境下で上位につながらない大会等を実施した場合、終了後すみやかに部長名による会長宛て文書で、以下ア・イについて都高体連事務局に提出する。（事務局は都高体連ホームページにア・イを公表することを検討する。）

- ア 緊急対応報告書（様式）；実施判断に至る理由や経緯を詳細に記録
- イ 当日競技開始時から終了時まで1時間毎のWBGT実測値観測記録

² 1試合あたり1～2時間を要する競技において、「試合開始前は基準を超えていないが途中で超えた」場合、中止又は延期とするか、その試合のみ終了まで継続するかについて、各競技一律の対応方針を定めることは困難であるため、競技特性や状況に応じて、部長判断（委員長等ではない）により態度を決定する。

【資料】熱中症予防体調管理シート

参加校単位で1日ずつ記録／終了時に本部へ提出

提出日 年 月 日 () 学校名 顧問氏名 記録者 (枚数 /)

No.	氏名	学年	性別	朝／事前の健康確認						開催中／水分・電解質の摂取確認						終了・解散前 体調確認	備考 ()
				前日睡眠時間十分	前日から三食・水分 しっかり摂取	前日から下痢など 胃腸の不調なし	疲れ・だるさなし	事前の暑さの 慣れ十分	過去1週間 熱中症症状なし	5 10 00	5 11 30	5 13 00	5 14 30	5 16 00	(16:00以後)		
例	〇〇 〇〇	2	男	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
1																	
2																	
3																	
4																	
5																	
6																	
7																	
8																	
9																	
10																	
11																	
12																	
13																	
14																	
15																	

○ 確認のポイント
・ チェックが入らない場合、WBGT 31℃以上の環境では活動・参加を控える

○ 確認のポイント
・ 水だけでなく塩分（電解質）も摂ること
・ 目安の量・頻度などを定めても良い（30分毎100ml 以上等）

○ 事前の予報等により大会当日のWBGT最高値が31℃を超える見通しとなる場合、参加校は当資料を用いて健康確認と水分摂取記録を行い、大会終了後に提出する。

【補足1】熱射病³が疑われる場合の身体外部冷却法⁴

暑熱環境下で大会を開催する場合、熱中症リスクが高い競技では万一の重症例発生時に備え、以下の対応を検討する。

- 帯同医療スタッフ等により実施可能な場合は直腸温を計る。
- 処置対応について、時刻や内容等を記録する。
- 体温を30分以内に40℃以下に下げることが目指す。直腸温が39.5℃になるまで、あるいは意識がはっきりするまで冷やす。
- 直腸温の測定ができない場合でも、熱射病が疑われる場合には身体冷却を躊躇すべきではなく、その場合には「寒い」というまで冷却する。

1 氷水浴／冷水浴

- ・ 体温低下率が高く、最も効果的とされる。可能であれば水温を15℃以下にする。
- ・ 全身を氷水に浸して冷却する。服は脱がす必要なし。複数人で役割を分担して傷病者を取り囲み、一斉に対処にあたる（一刻も早く冷やす）。
- ・ タオルやシーツを脇に通して、溺れないように保持する。
- ・ 常に声掛けをして意識を確認する。
- ・ 身体に常に冷たい水が当たるように水をかき混ぜる。

2 水道水散布法

- ・ タオルなどで傷病者の頭部を保護して地面に下ろし、靴を脱がせる。
- ・ 可能な場合は直腸温を計り、時刻や処置内容などを記録する。
- ・ 水道につないだホースで顔を除く全身（体幹、上肢、下肢）に水をかけ続ける。
- ・ 常に声掛けをして意識を確認する。

3 氷水で濡らしたタオルを全身に当てながら、冷房と扇風機で身体を冷却する方法

- ・ エアコン（最強で）の利いた部屋に收容し、氷水の洗面器やバケツで濡らしたタオルをたくさん用意し、全身に当てて、次々に取り換える。扇風機も併用する。

※ 1～3などの方法に追加して、氷やアイスパックなどを頸、腋の下、脚の付け根などの太い血管に当てる方法（保健教科書に記載奨励されている方法）も良い。

³ 過度に体温が上昇（40℃以上）して脳機能に異常をきたした状態。体温調節が働かなくなる。種々の程度の意識障害（応答が鈍い、言動がおかしい）から進行すると昏睡状態に陥る。高体温が持続すると脳だけでなく、肝臓、腎臓、肺、心臓などの多臓器障害を併発し、死亡率が高くなる。

⁴ 引用：スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック（公益財団法人日本スポーツ協会）2019年5月改訂
YouTube【スポーツ活動中の熱中症予防】ch.5 身体冷却法 -応急処置編-（公益財団法人日本スポーツ協会）
<https://www.youtube.com/watch?v=g2FZVArhb48>

【補足2-1】WBGT計の設置場所について

生徒が活動する会場現場とする。立位で行う競技の場合、生徒の身長に対する3分の2を目安とした高さに設置し（高校生であれば地面あるいは床面からの高さが105～120cm程度）、日照条件など、生徒の活動環境に近い状況下で測定する。

【補足2-2】（公財）日本スポーツ協会「熱中症予防のための運動指針」（2013年）の解釈

当該指針ではWBGTが31℃以上となった場合、運動を「原則中止」としている。この指針の対象者は、日常的に運動・スポーツを行っていない方や、幼児から高齢者まで幅広い年代を含めたものである。したがって、全生徒必修の体育授業や学校行事等については、日常的に運動・スポーツを行っていない生徒などを含むことから、WBGTが31℃を超えた場合、速やかに活動を中止すべきといえる。

一方で、高校生の大会開催可否判断に際しては、国内の現状として、参加者が競技に精通し日頃から十分なトレーニングを積んでいるとともに、暑熱に順化しており、さらに参加者と運営側の双方が熱中症予防に係る対応を十分に講じている場合は、WBGTが31℃を超えていても競技を実施することが可能であるという判断・解釈のもと、大会が運営されている状況にある。

こうした中、本対応は、近年の著しい猛暑傾向に加え、参加生徒における体力やスポーツ活動状況の実態、さらには競技の専門性を持つ指導者の減少等を踏まえ、参加者の自己責任や指導者の能力・資質等に依存することなく、なるべく定量化された基準に基づき、万一の事態を想定しながら主催者の適切な判断と対応のもとで、確実にリスクを回避していこうとするものである。

【補足2-3】「熱中症リスクが高い生徒」の定義

以下のいずれか、あるいは複数に該当する生徒を指す（数値については目安として示す）。

- (1) 競技経験が浅い
 - ア 他の競技を含め競技スポーツ活動の経験がまったくなく、当該競技を始めて4週間未満である。
 - イ 2か月以上の活動休止期間をまたいだ活動となる上、競技再開後4週間未満である。
- (2) 暑熱順化が十分でない
(順化の目安：汗をかきやすい環境下で当該競技の練習活動を事前に10日以上経験している)
- (3) 個人の特性として暑さに弱い
 - ア 過去1年以内において熱中症による救急搬送を経験している。
 - イ 日常の活動場面において、暑さによる個人的な練習中断を月に複数回経験している。
- (4) 肥満傾向にある

○ その他の留意事項

- (1) 新型コロナウイルス感染症の症状は、熱中症の症状との見分け・区別が付きにくいことを踏まえ、発熱等の疑似症状者に対しては「救護室で休む場合は個別にパーティションで区切る」「利用後に施設を十分に消毒する」など慎重に対応する。
- (2) 生徒の活動場面や会場における対応のほか、自宅から会場までの往来、役員の健康と安全等にも十分に配慮する。

【補足3】暑熱環境下の大会参加における参加校遵守事項

1 事前指導

事前の対応として、参加生徒に対し、スポーツ活動中の熱中症予防や発症時の対応について、パンフレットや動画など既存資料⁵を用いて講習機会を設け、正しい知識の理解を促すとともに、生徒が適切な判断や行動を選択できるよう指導しておく。

2 水分・塩分（電解質）の確保

参加生徒が各自で、自分が必要とする水分・塩分（電解質）を大会会場に持参するとともに、それらを計画的に摂取するよう指導する。必要に応じては参加校単位において、大型のクーラーバッグや給水用のジャグ等を用意し、水分・塩分（電解質）の摂取を促す。

以下に水分等の摂取に関する留意点や工夫等を示す。

- (1) 水分補給量の目安として、運動による体重減少が2%を超えないように補給する（活動前後に体重を測ることで、失われた水分量を知ることができる）。
- (2) 日常の運動前後、さらには毎朝起床時に体重を測る習慣を身につけ、体調管理に役立てることが勧められる。
- (3) 摂取した水分量を確認する方法のひとつとして、生徒が持参したボトルの重量を活動前後それぞれで計り、比べる方法がある。
- (4) 汗からは水分と同時に塩分も失われるため、スポーツドリンクなどを利用して、0.1～0.2%程度の塩分も必ず補給する。
- (5) 熱中症を予防する方法のひとつとして、氷と飲料水が混合したシャーベット状の飲料物であるアイスラリーの摂取が有効である（身体内部冷却）。スポーツ飲料でアイスラリーを作ると、身体深部の温度を下げることに加え、水分、電解質、糖質も同時に補給できる⁶。

3 健康観察と給水管理の工夫

事前の予報等により大会当日のWBGT最高値が31を超える見通しとなる場合、大会当日、「熱中症予防体調確認シート」を活用して事前の健康チェックと開催中の給水管理を記録し、大会終了時に本部へ提出する。また、日頃の活動から、こうした「健康自己チェック」や生徒同士による「相互チェック」を行う習慣の形成に努める⁷。

4 生徒個々の特性に応じた対応

顧問（引率）教員は、熱中症リスクが高い生徒（補足2－3「熱中症リスクが高い生徒」の定義を参照）を事前に把握し、生徒個々の特性に応じて、当日の参加可否を適切に判断するとともに、日頃から、生徒が気兼ねなく体調不良を言い出すことができ、生徒同士が相互に体調を気遣える環境と文化を醸成するよう努める。

5 緊急時連絡体制の確認徹底と保護者対応

熱中症は最悪の場合、死に至る疾病であることを踏まえ、緊急時連絡体制の確認を徹底する。

また保護者に対し、熱中症に関する諸情報や、大会主催者等（都高体連及び各競技専門部など）が講じる対策等について周知し、それらの情報について、主催者、学校、生徒及び保護者が共通理解を図ることができるよう努める。

⁵ 公益財団法人日本スポーツ協会、各中央競技団体、民間企業等により公開されており、最新のものを採用することが望ましい。

⁶ 引用：スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック（公益財団法人日本スポーツ協会）2019年5月改訂

⁷ 実際の大会開催時においては、引率教員が運営役員に従事せざるを得ないなどの状況が想定される。そのため日頃から、生徒自身あるいは相互による健康観察・確認を行う習慣を身に付けさせる必要がある。

参考：過去5年間の昼間の日最高暑さ指数（WBGT） 2018～22年@東京

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
5月	23.2	24.5	25.3	21.9	25.7	23.3	22.8	24.4	24.2	25	27.8	25.1	24.8	25.2	24.4	24.8	26.8	27.4	24.1	22.9	25.1	24.5	23.3	25.2	25.5	27	27.6	25.2	26.2	25.4	23.4
6月	23	26.7	27	26.3	28.4	26.6	25.7	27.5	28.2	27.7	29.4	29.2	25.3	24.3	30.1	27.4	26.8	25.4	28.9	28.9	27.3	27.3	27.4	30	31.3	30.9	31.1	32.1	32.6	32.8	
7月	31.9	32.9	31.3	29	30.2	30	29.1	30.1	30	31.5	32.3	30.7	31.7	33.1	32	32.9	32.8	32.1	33.3	32.4	32.8	32.6	32.5	32.1	32.8	31	32.1	31.6	33.5	33.1	33.1
8月	34.3	33.5	34.9	32.6	33	33.1	33.6	33.6	33.9	34	33.4	33.9	34.1	31.9	34.4	32.9	34	32.1	31.6	32.2	32.1	32.4	32.7	32	32.7	33.6	33.5	33.3	33	32.3	32.6
9月	33.2	30.9	30.9	32.6	31.2	30.8	30.8	32	32.5	32.2	30.9	27.7	29.7	29.2	27.5	26.3	28.6	30.8	29.5	27	24.1	27.9	29.4	27.9	25.8	26.4	27	26.3	28.3	27.9	

○ 今後の年間予定作成や大会開催基準等に関する課題

- (1) 今後、暑熱環境を積極的に回避するにあたり、大会の企画に際し、弾力的な日程編成を可能とできるよう、関係組織・団体等と協議し、調整していく。
- (2) 屋外競技では、早朝開催や、ナイター利用による夕方・夜間の開催について検討していく。
- (3) 空調費用や医療従事者の帯同に伴う費用等の捻出について、各競技の実態を把握した上で検討していく。