

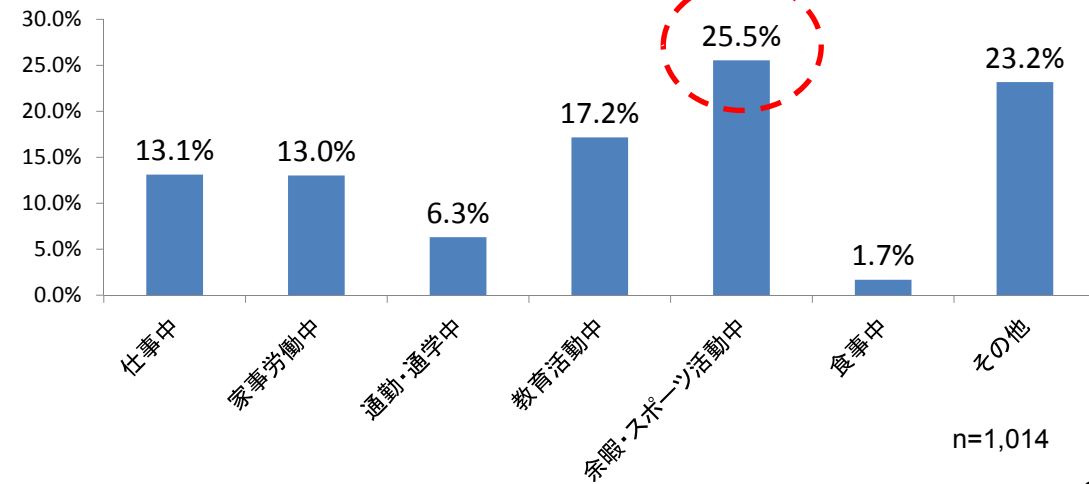
2011年「余暇・スポーツの安全対策委員会」を設置

「余暇・スポーツ活動中における受傷件数は全体の約26%を占めている」

スポーツの安全対策委員会

発表日 平成30年7月4日
発表者 スポーツの安全対策委員会 委員長
吉中 康子

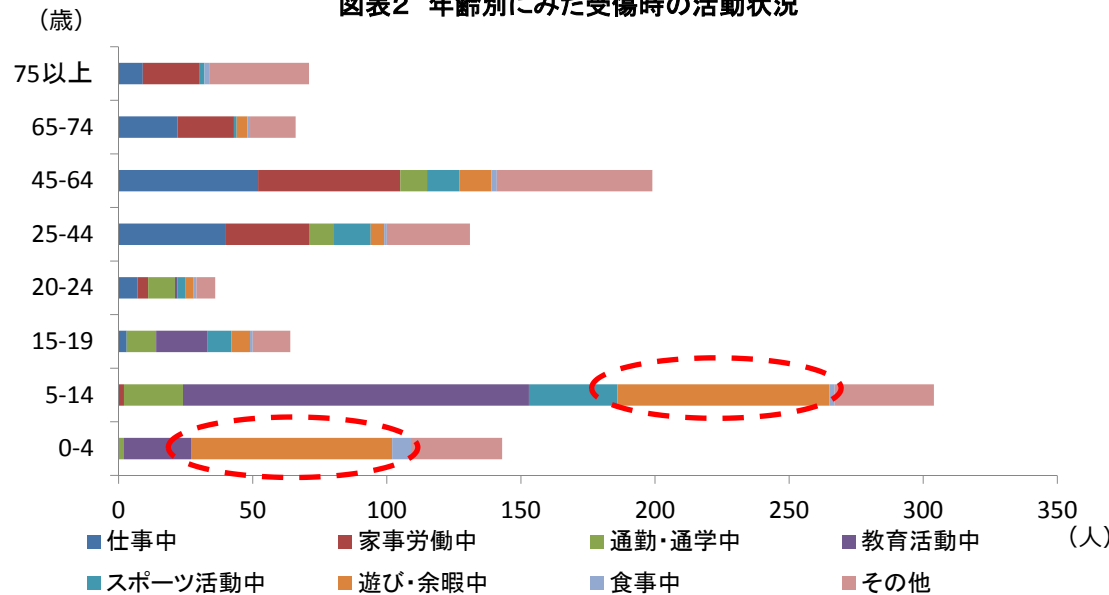
図表1 年齢階層別外傷発生頻度



出典: 外傷発生動向調査(2007)

「スポーツの安全対策委員会」に名称変更

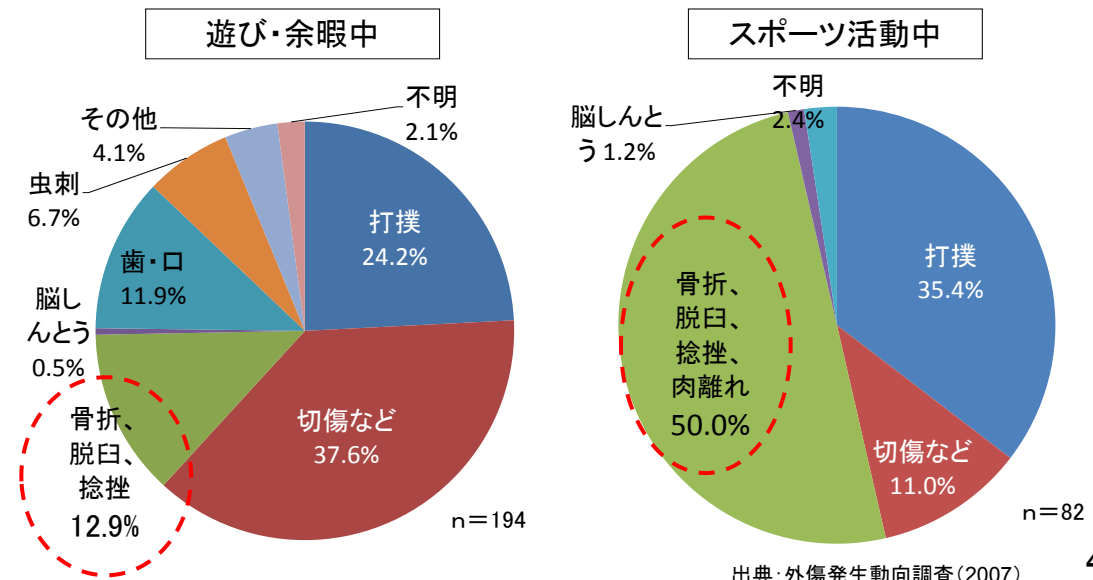
図表2 年齢別にみた受傷時の活動状況



出典: 外傷発生動向調査(2007)

「スポーツの安全対策委員会」に名称変更 「スポーツ活動中は、重度なケガの割合が高い」

図表3 「遊び・余暇中」と「スポーツ活動中」のケガの症状



スポーツの安全対策委員会構成

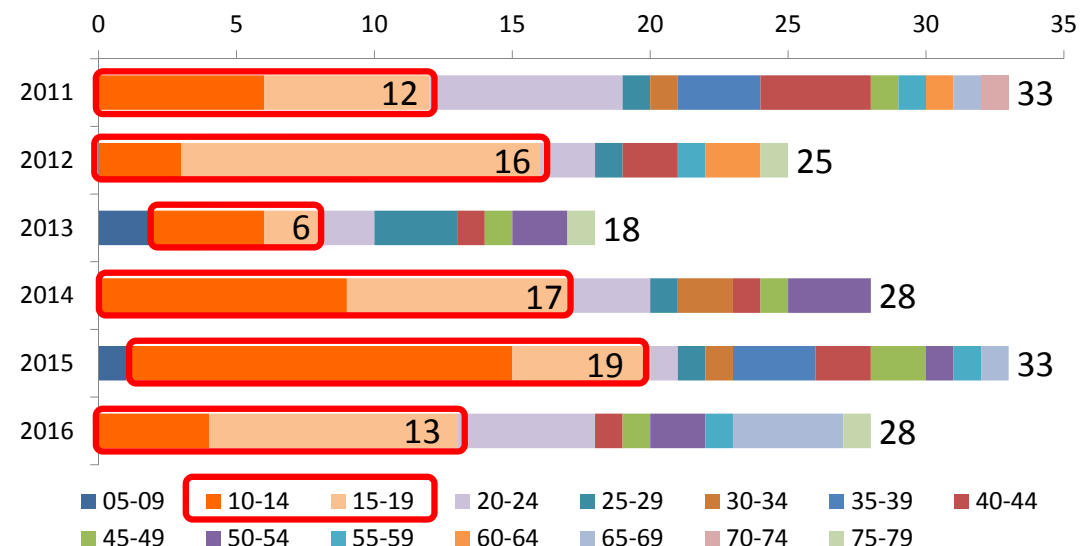
区分		所属団体	役職
市民団体等	1	京都学園大学 経済経営学部 特任教授	委員長
	2	アスレチックコミュニティアンフィニ 代表	
	3	川東剣道スポーツ少年団	
	4	京都学園大学 健康医療学部 健康スポーツ学科 学生	“NEW”
	5	京都学園大学 健康医療学部 健康スポーツ学科 学生	“NEW”
	6	京都サンガF.C.ホームタウン推進課	“NEW”
関係機関等	7	公益財団法人 亀岡市体育協会 事務局長	副委員長
	8	亀岡市スポーツ推進委員協議会 会長	
	9	亀岡市スポーツ推進委員協議会	
行政関係	10	亀岡市立南桑中学校 校長	“NEW”
	11	亀岡市生涯学習部文化・スポーツ推進課 課長	
	12	亀岡市総務部自治防災課 課長	

5

データに基づく客観的課題(継続)

「10～19歳の救急搬送率が高い」

図表4 スポーツ活動中における年齢別にみた救急搬送人数 (人)



出典: 救急搬送データ

6

データに基づく客観的課題(継続)

「小学生はスポーツ施設での受傷が多い」

図表5 学生の受傷場所

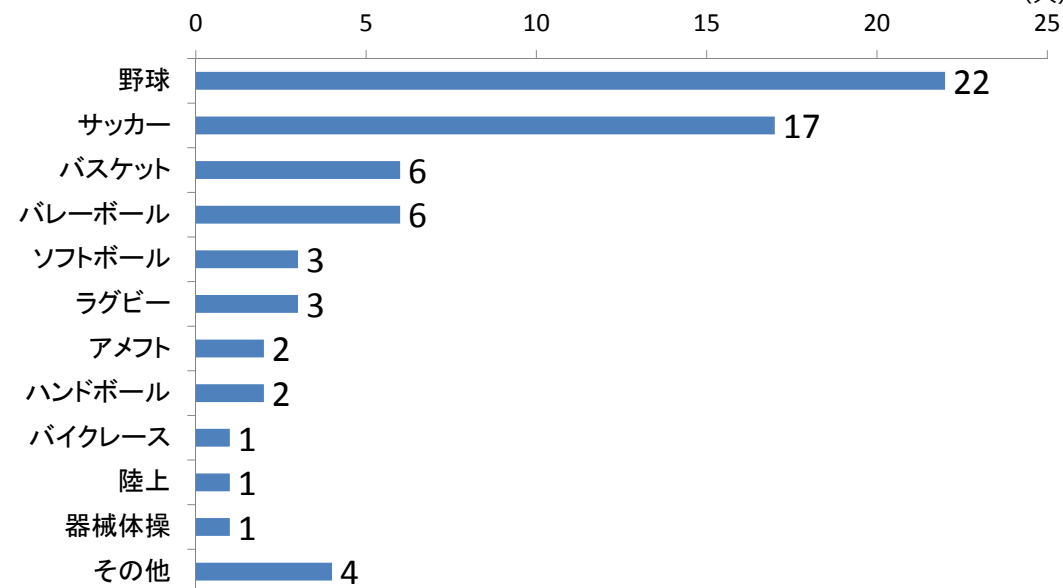
	小学校	中学校	高校	大学	スポーツ施設	計
小学生 6～12歳	5			1	9	15
中学生 12～15歳		11	1	1	9	22
高校生 15～18歳	1		12	2	6	21
大学生 18歳～				21	7	28
計	6	11	13	25	31	86

出典: 救急搬送データ(2010～2014)

7

データに基づく客観的課題(継続)

図表6 10代における運動競技種目別救急搬送データ (人)



出典: 救急搬送データ(2010～2014)

8

スポーツ少年団に着目

スポーツ少年団とは

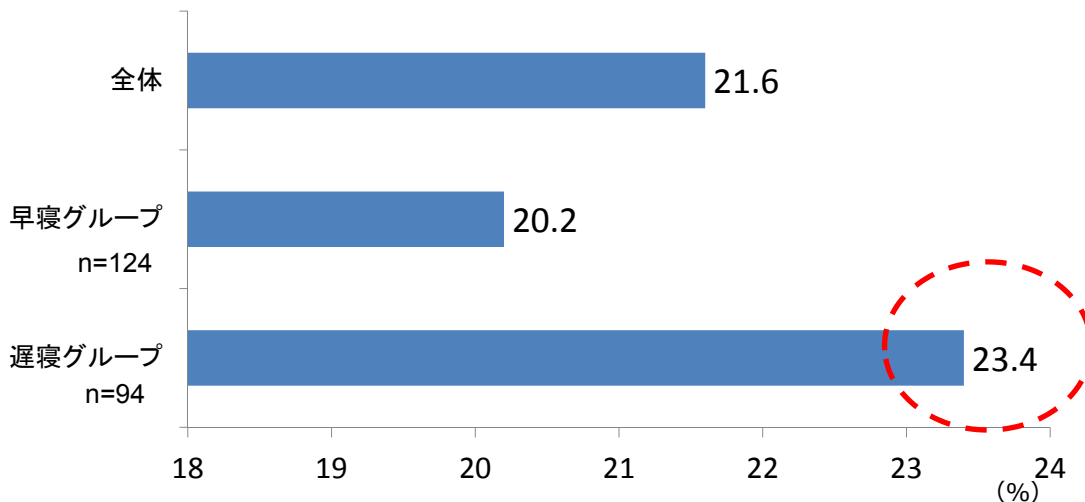
- ・少年を対象とした学校教育以外のスポーツ活動団体
- ・市内で27団体が活動中
- ・スポーツ少年団員数 510人

- ・救急搬送におけるケガの多い年代と一致
- ・データ収集がしやすい

9

データに基づく客観的課題(継続) 「寝る時間が遅い子どもほど受傷率が高い」

図表8 就寝時間帯別から見たスポーツ少年団員の受傷率

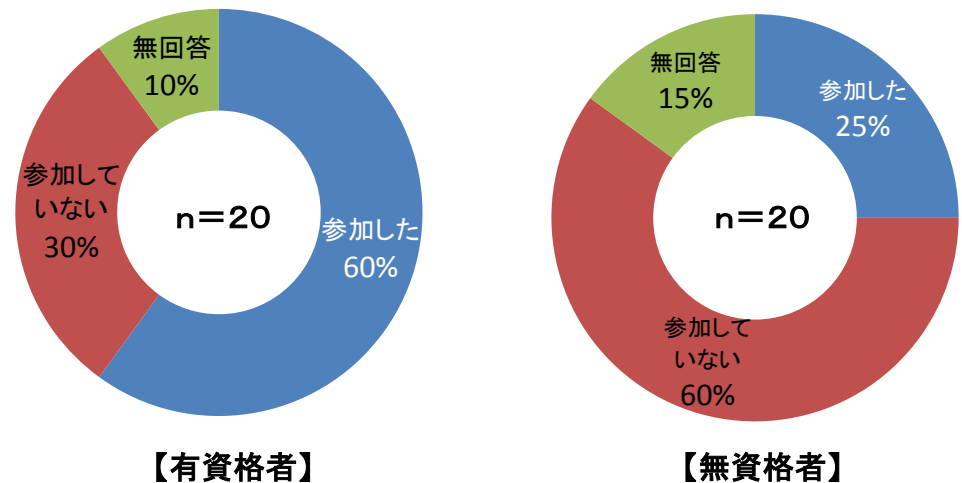


出典: スポーツ外傷調査(2014)

11

データに基づく客観的課題(継続) 「外傷予防に関する研修会の参加率が低い」

図表7 スポーツ少年団指導者の研修参加状況



出典: 市内スポーツ少年団指導者アンケート(2012) 10

主観的・客観的課題の整理

データに基づくもの	経験に基づくもの
・(継) 10代における救急搬送率が高い(図表4) ・小学生はスポーツ施設での受傷が多い(図表5) ・(継) 指導者の外傷予防に関する研修会の参加率が低い(図表7) ・(継) 寝る時間が遅い子どもほど受傷率が高い(図表8)	・準備運動の重要性についてあまり理解されていない ・指導者が外傷予防について学ぶ研修会等が少ない ・器具、用具の点検不備によるケガが多い

重点課題の設定

12

課題解決のための方向性と対策

課 題		方 向 性		対 策
指導者向けの外傷予防に関する研修会が少なく、参加率も低い	→	指導者・保護者向けの外傷予防研修会を開催し、予防方法を学ぶ機会をつくる	→	スポーツ少年団の指導者・保護者向け安全教育プログラム(継続)
・寝る時間が遅い子どもほど受傷率が高い ・準備運動の重要性に関する理解不足	→	子どもに安全教育を実施し、体調管理の徹底と準備運動の重要性の周知する	→	子どもの安全意識向上プログラム(継続)
器具等の点検不備によるケガが多い	→	運動前に器具等に不備がないか確認する	→	ケガ防止安全安心スポーツチェックシートプログラム(継続)

13

レベル別の対策

○重点課題レベル別の対策(別添資料)

課題	対 策			
	方向性	国・県レベル	市レベル	地域レベル
別添資料を御覧ください				
【課題1】 スポーツ活動中のケガ及び重症化予防	教育・啓発	対策委員会 スポーツの安全教育プログラム 《指導者・保護者向けスポーツ研修会》 《スポーツチェックシートを活用した安全教育》		
	規制			野球における検診受診の義務化
	環境・整備	施設の定期点検	各部署で施設管理の徹底	施設の定期点検

14

レベル別対策の事例紹介 野球における野球肘健診の受診



15

プログラムの運営状況

	進行状況					計画
	2013	2014	2015	2016	2017	2018
スポーツ少年団の指導者・保護者向け安全教育プログラム(継続)		継続				「スポーツ安全教育プログラム」として1つに統合
子どもの安全意識向上プログラム(継続)		継続				→
ケガ防止安全安心スポーツチェックシートプログラム(継続)		継続				

16

スポーツ安全教育プログラム(継続)

課 題	・外傷予防に関する研修会の参加率が低い ・寝る時間が遅い子どもほど受傷率が高い ・準備運動の重要性に関する理解不足 ・器具、用具の点検不備によるケガが多い	
目 標	スポーツ活動中の外傷を減らす	
内 容 等	【内容】	事故やケガに対する意識を高めるために、スポーツ少年団の事故やケガ予防に関する研修会を実施する。
	【対象】	市内スポーツ団体の指導者や保護者、子どもなど
(短・中期) 態度や行動の変化	【指標】 ・研修会参加者の理解度 ・安全教育の実施率 ・チェックシート普及率	【測定】 ・アンケート調査 ・外傷調査の安全指導に関する回答率
(長期) 状態や状況の変化	【指標】 ・スポーツ少年団員の受傷率	【測定】 ・スポーツ外傷調査による受傷率

17

スポーツ安全教育プログラムの活動状況

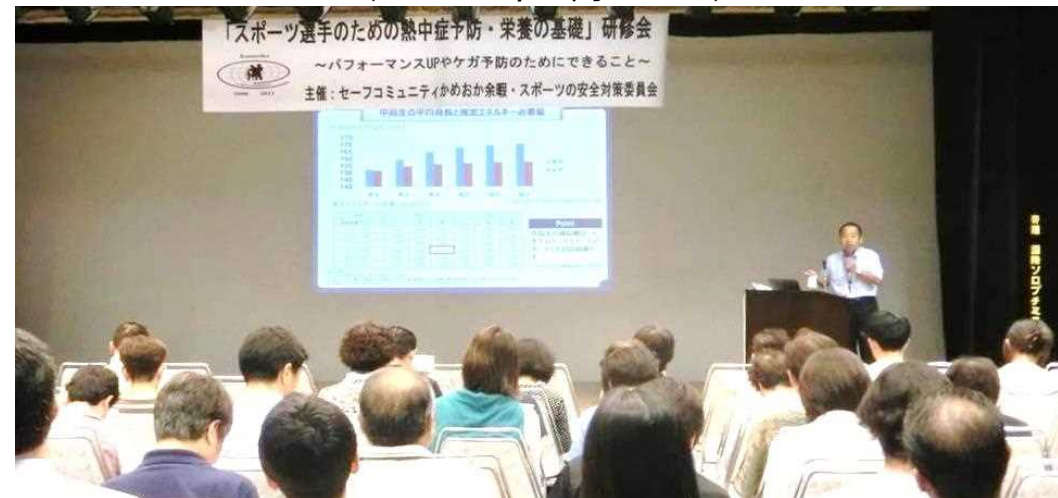
指導者・保護者向けスポーツ研修会
ケガなく世界レベルの選手を育てる指導法
(2017年6月2日)



19

スポーツ安全教育プログラムの活動状況

スポーツドリンク最大手と連携して
指導者・保護者向け研修会を開催
(2016年6月10日)



18

準備運動(ウォーミング・アップ)の外傷予防効果

神経と筋肉との協調や関節の動きを円滑にして、運動中の障害を予防する

出典:スポーツと健康／大阪教育大学 朝井 均 名誉教授

20

スポーツ安全教育プログラムの活動状況

スポーツチェックシートを活用した安全教育の実施と 器具等の点検を徹底

[illegible]

スポーツ安全教育プログラムの活動状況

スポーツチェックシートを活用した安全教育の実施と
器具等の点検を徹底

スポーツ活動のケガを重度化させないために

指導者や親だけでなく、スポーツ活動に参加する子ども自らが自分の成長・発達や健康に関心を持ち、運動環境（施設・設備・道具など）の日々のチェックを行うことで安全への意識を高め、ケガを予防しよう。

スポーツ開始前の6チェックシート
作成：余暇・スポーツの安全対策委員会

No.	チェック項目	チェック
1	子どもの体調（①睡眠 ②朝食 ③熱 ④頭痛 ⑤胸痛 ⑥腹痛 ⑦関節の痛み ⑧体の調子）を確認したか	
2	子どもの着装する服装等に問題がないか	
3	子どもが使用する器具・用具等に不備がないか	
4	使用する施設に危険箇所はないか	
5	応急処置の救急用品は整っているか	
6	熱中症・水分補給など注意を払っているか（下記の表参考）	

31（℃）以上	28～31（℃）	25～28（℃）	21～25（℃）	21（℃）以下
運動は原則中止	厳重警戒	警戒	注意	ほぼ安全

スポーツ安全教育プログラムの活動状況

スポーツ少年団の外傷時の対応を調査



委員が現場でヒアリング

プログラムの活動実績

	実 績				対策委員会の関わり	工夫点
	2014	2015	2016	2017		
・指導者向け研修会 ・チェックシートの普及			継続		●研修会の企画・運営 ●チェックシートの作成と配布 ●現地巡回・聞き取り調査	・アンケート調査で希望が多かったテーマを実施 ・スポーツ少年団活動の視察・アンケート依頼 ・京都サンガF.C.との連携
	チェックシート配布	チェックシート配布	研修会1回 73人 チェックシート配布	研修会1回 40人 チェックシート配布		

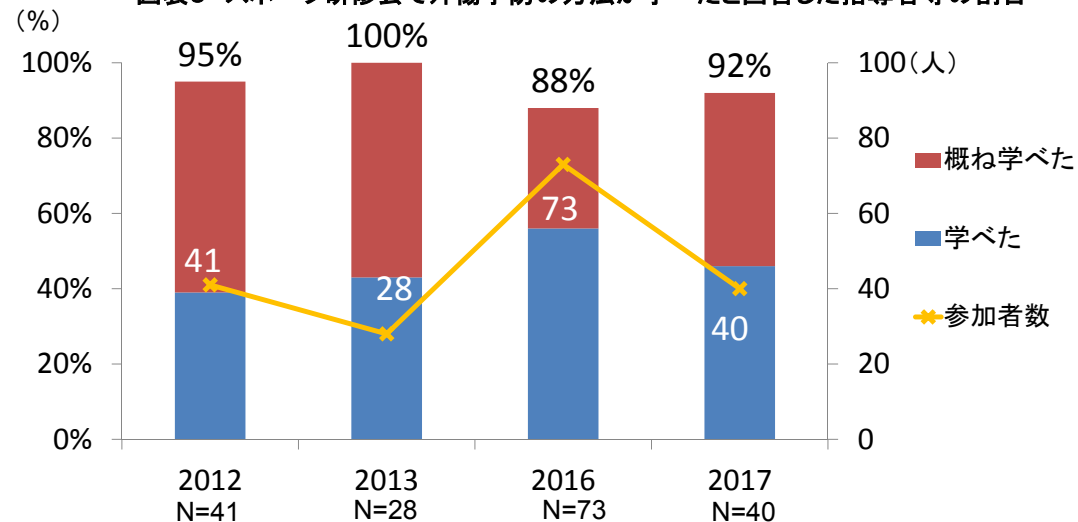
2013年以前の活動実績

2012年 研修会1回54人、2013年 研修会1回28人

プログラム評価結果(短期)

「スポーツ研修会参加者の80%以上が外傷予防方法が学べたと回答」

図表9 スポーツ研修会で外傷予防の方法が学べたと回答した指導者等の割合

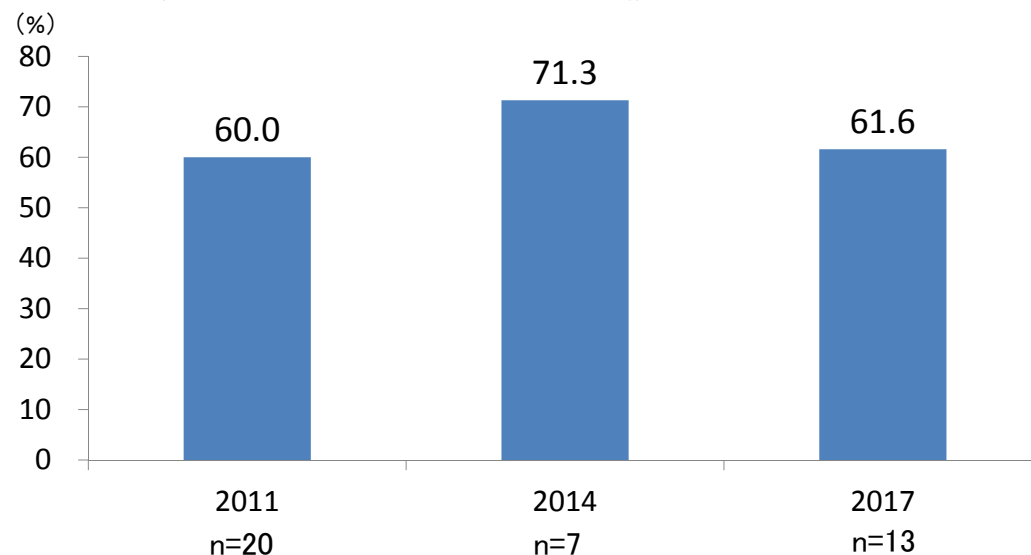


出典: スポーツ研修会アンケート 25

プログラム評価結果(中期)

「指導者が団員または保護者に安全指導をしている割合は横ばい」

図表10 スポーツ少年団指導者の選手と保護者に対する安全指導の実施率

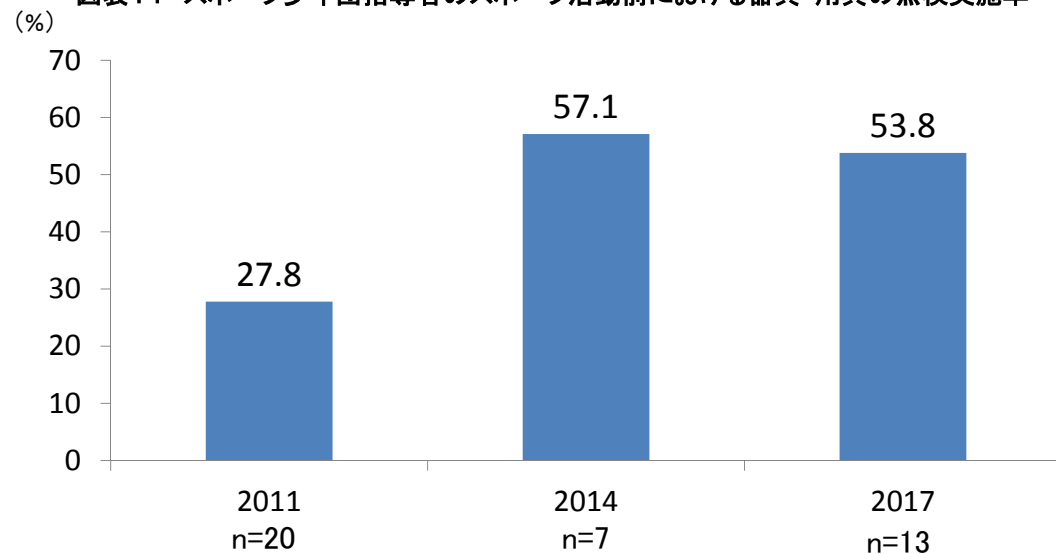


出典: スポーツ外傷調査 26

プログラム評価結果(中期)

「スポーツ活動前の器具・用具点検の実施率は向上している」

図表11 スポーツ少年団指導者のスポーツ活動前における器具・用具の点検実施率

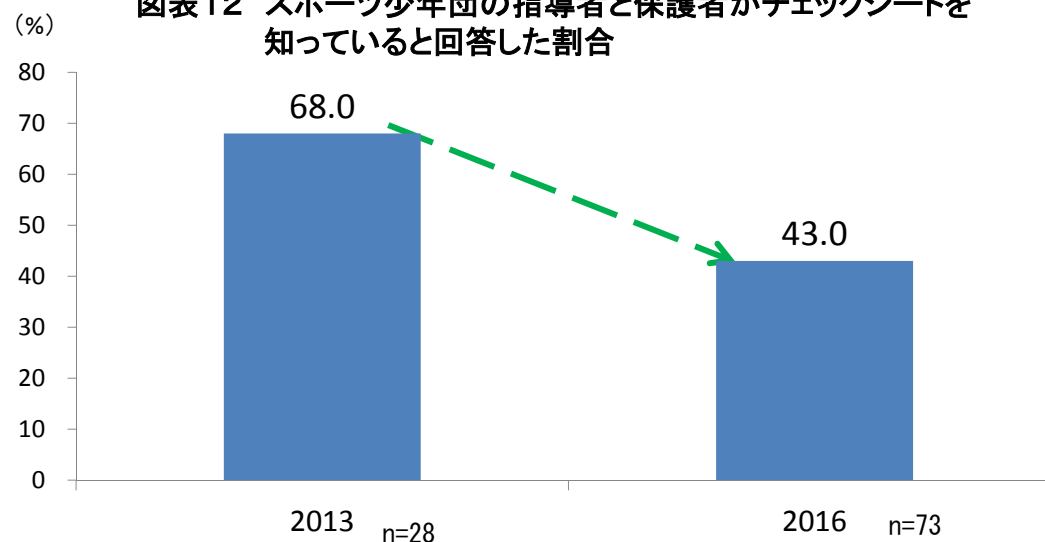


出典: スポーツ外傷調査 27

プログラム評価結果(中期)

「スポーツチェックシートの認知度は減少している」

図表12 スポーツ少年団の指導者と保護者がチェックシートを知っていると回答した割合

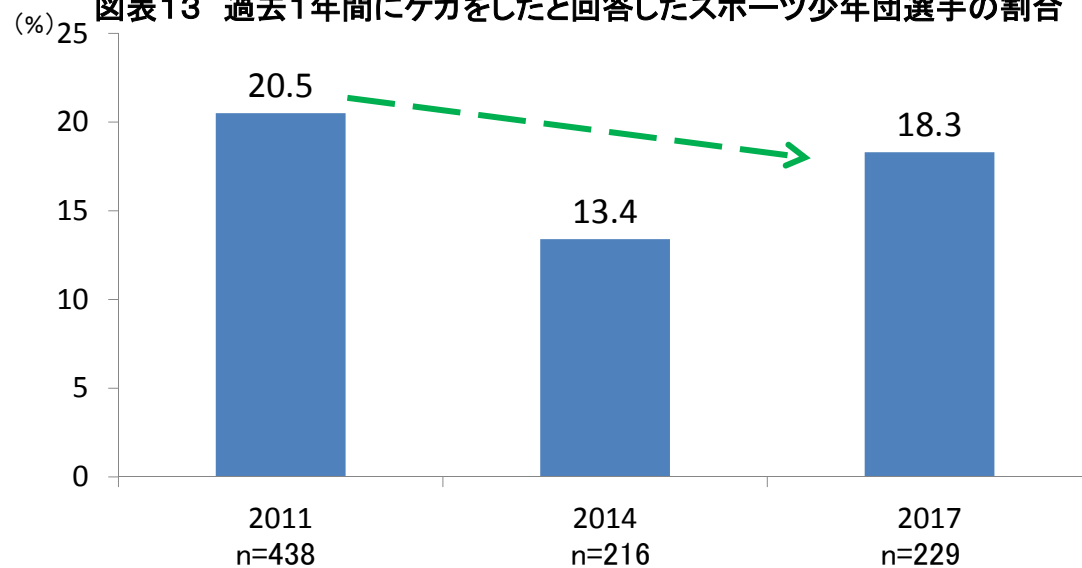


出典: スポーツ研修会アンケート 28

プログラム評価結果(長期)

「スポーツ活動中のケガは減少している」

図表13 過去1年間にケガをしたと回答したスポーツ少年団選手の割合



出典: スポーツ外傷調査

29

特記事項

京都サンガF.C.選手・コーチによるサッカー指導



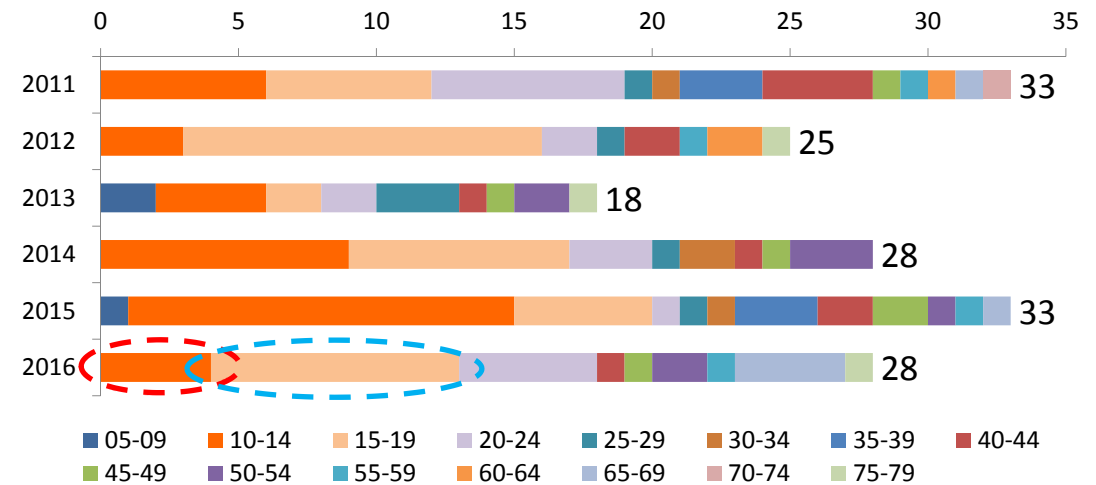
(写真はイメージ)

31

取組成果の検証

「10～14歳代の救急搬送人数は減少したが、15～19歳代の搬送人数は増加している」

図表4(再掲) スポーツ活動中における年齢別にみた救急搬送人数 (人)



出典: 救急搬送データ

30

気づきや変化

●指導者等は、ケガ予防よりパフォーマンスの向上について関心がある。この結果から、パフォーマンス向上に努めてもケガをしない体づくりをテーマとした講演会を開催した。

●年少期にケガに対する正しい知識や対策を身につけるため、チェックシートを作成し活用した。

●立場が違う者同士が議論したことで、現状、や課題が見える化でき、対策に取り組めた。

32

現在の課題

- スポーツによってケガの内容が異なるので、スポーツ種目ごとの対策を講じる必要がある
- スポーツ少年団は指導者の入れ替わりがあり、対策の効果が継続しにくいため、スポーツチェックシートの認知度の低下対策が必要である
- 中・高校生や幅広い年齢のスポーツ実施者を対象とした取り組みができていないので新たに取り組む必要がある

33

SC再々認証

今後の計画

SC再々認証

2018 2019 2020 2021 2022 2023

プログラム 継続 継続 継続 新規 指導者向け研修会の充実
チェックシートの見直しと普及
京都サンガF.C.との連携
中・高校生や中・高年を対象
とした調査・対策の検討

34