

京都市立中学校 運動部活動ガイドライン ＜改訂版＞

京都市立中学校運動部活動の在り方に関する検討委員会

目次

1	はじめに	
(1)	本ガイドラインについて	1
(2)	運動部活動の意義と位置づけ	1
2	運動部活動の指導上の留意点	
(1)	指導体制の確立	2
ア	体制づくり	
イ	部活動運営の役割内容	
ウ	運営経費について	
エ	複数顧問体制の活用	
オ	部活動支援のための制度	
(2)	望ましい指導の在り方	4
ア	事故防止の徹底	
イ	計画的な活動スケジュールの設定	
ウ	自主的、自発的な部活動運営	
エ	好ましい人間関係の育成	
オ	体罰等の禁止	
カ	科学的・合理的な練習方法の工夫	
(3)	その他の留意事項	8
ア	小中連携、中高連携の取組	
イ	校外活動	
ウ	競技団体が主催する大会などへの参加	

1 はじめに

(1) 本ガイドラインについて

部活動は、スポーツや文化、科学など、生徒が自分の興味や関心に応じて自主的、自発的に活動する中で、それぞれの個性や能力を伸ばしたり、社会性や人間性を育む様々な経験を積んだり、生涯の友人を得たりする教育活動の一つとして重要な役割を果たしています。特に運動部活動は、子どもたちがスポーツに親しむ最も身近な活動の一つとして、子どもたちの体力向上はもとより、各競技の技術向上にも大きく貢献してきました。

しかし一方で、教育活動である部活動本来の姿を見失い、大会等で勝つことのみを重視した偏った指導や運営を行うと、けがを引き起こすだけでなく、スポーツ障害やバーンアウト（燃え尽きて嫌になってしまうこと）など、生徒の将来にまで深刻な影響を与える可能性があることも認識しなければなりません。

本ガイドラインは、運動部活動の意義や目的を改めて確認するとともに、生徒にとっても、指導者にとっても、より安全で充実した活動となるよう、その運営や指導の在り方について示すものです。

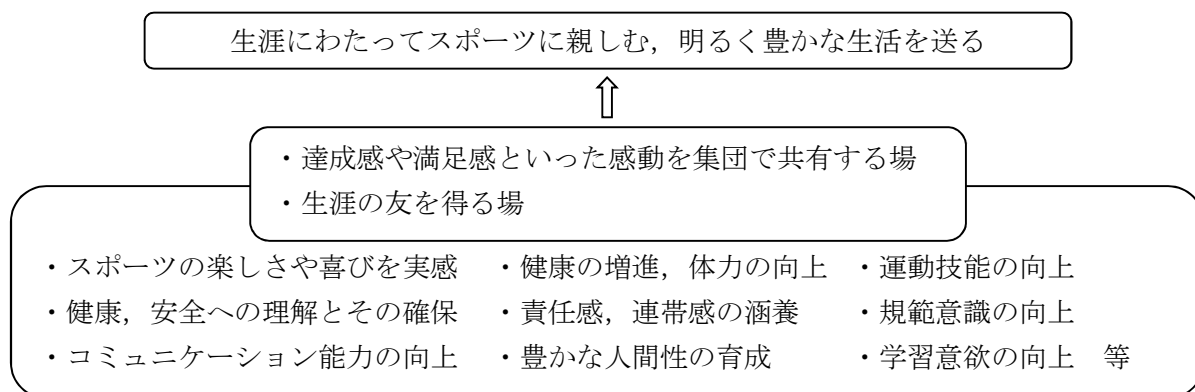
なお、本ガイドラインは運動部活動について記載していますが、文化部活動についてもこれに準じて取り扱うものとします。

(2) 運動部活動の意義と位置付け

学校教育活動の一環として行われる運動部活動には、単にスポーツ技能の向上だけでなく、体力向上や健康増進、自主性・協調性・連帯感などの涵養、人間関係の形成など、生徒の生きる力の育成や豊かな学校生活の実現のために多様な意義や効果をもたらすことが期待されています。

また教職員にとっても、生徒と活発なコミュニケーションを図り、学習では見られない生徒の長所や短所を発見したり、良好な人間関係を形成したりする場として有効に活用することができるなど、生徒理解を深めるうえで重要な役割を担っています。

【運動部活動の意義】



【運動部活動の位置付け】

部活動は生徒の自主的・自発的な参加により、学校教育活動の一環として行われるもの。

* 中学校 学習指導要領 総則 *

「生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うようにすること。」

2 運動部活動の指導上の留意点

運動部活動は、学校教育活動の一環として行われるものであり、運営方針の決定や具体的な活動計画の作成、運営経費の会計管理等を、学校として組織的に行うことが重要です。

また、「好きなスポーツの技能を向上したい」、「運動に親しみたい」、「仲間づくりをしたい」など、生徒が運動部活動に参加する目的や目標は様々です。中学生期は、心身の発育の程度に大きな差が見られる時期でもあります。

指導者は、安全で充実した活動となるよう、生徒の興味、関心、個性や能力をはじめ、発達段階や技能などを十分考慮したうえで指導にあたるとともに、事故防止を徹底しなければなりません。また、体罰はいかなる場合でも許されるものではないことを深く自覚しなければなりません。

(1) 指導体制の確立

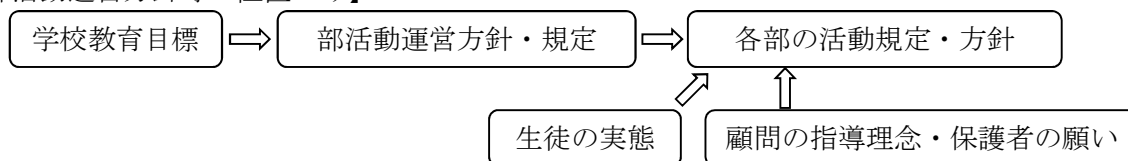
運動部活動は、学校教育活動の一環として教育課程との関連が図られるよう、学校全体で組織的に運営しましょう。

ア 体制づくり

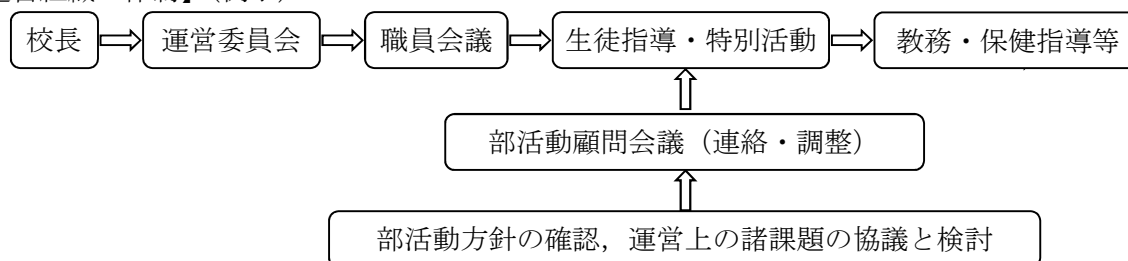
校長のリーダーシップのもと、学校教育目標に照らして各校の部活動運営方針を作成してホームページで公表するとともに、それに基づき、各部の活動規定や方針を作成します。また、部活動顧問会議や部活動主任を設けたりするなど、指導体制の組織化を図りましょう。

顧問一人に過重な負担が生じないようにするためにも、活動中の生徒の様子や顧問の指導のあり方を学校全体で共有することが重要です。またそうすることで、部活動運営の透明性が高まり、適切な部活動運営に繋がります。

【部活動運営方針等の位置づけ】

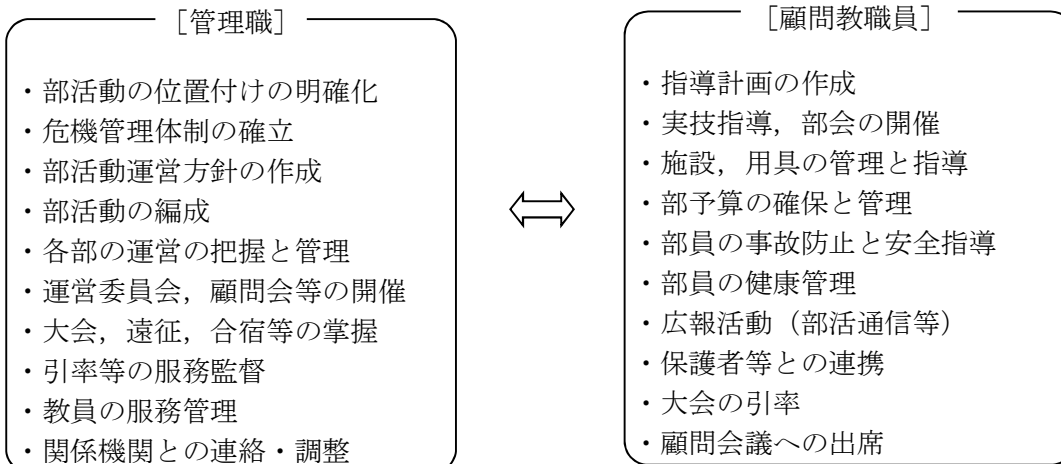


【運営組織・体制】(例示)



イ 部活動運営の役割内容

(例示)



ウ 運営経費について

大会参加費や交通費、ユニフォーム代など、部活動運営には様々な経費が必要ですが、家庭の負担ができるだけ少なくなるように留意するとともに、部費等の徴収や執行の計画についてあらかじめ保護者に説明し、理解を得ましょう。

(ア) 校内体制

- ① 部費等の徴収や執行の計画について、事前に管理職に相談及び報告をすること。
- ② 現金出納簿などを作成するとともに、必ず複数名で会計管理を行うこと。また領収書などの証拠書類を適切に保管しておくこと。
- ③ 長期にわたって現金で管理することがないようにすること。
- ④ 管理職は、各部の会計について定期的に確認を行うこと。

(イ) 保護者への説明責任

- ① 年度当初に年間を見通して必要な額を見込み、徴収額や使途を保護者に周知すること。
- ② 徴収額は必要最小限とすること。
- ③ 家庭への負担を考慮して計画的に徴収すること。
- ④ 必ず年度ごとに、保護者に対して会計報告を行うこと。

エ 複数顧問体制の活用

複数顧問体制は、顧問の負担を軽減することはもとより、生徒への指導の点からも有効です。例えば、生徒や保護者からの相談に対して複数で対応したり、万が一事故が発生した際に救急対応と連絡役等を分担したりすることができます。

オ 部活動支援のための制度

運動部活動は、スポーツに関心を持つ同好の生徒の自主的、自発的な参加により行われるものであり、いずれの生徒も希望する種目を自由に選択し、専門性の高い技術指導を受けることができるような環境を整備することが望まれます。生徒数や施設、指導者などの諸条件により、やむを得ず、自校だけで十分な環境を整えることができない場合は、外部から指導者を招聘したり、近隣の学校と連携するなどして、可能な限り生徒の多様な運動欲求に応えることが重要です。

(ア) 外部コーチ

専門的な技術を指導できる顧問を確保することが困難な場合や、他の校務により顧問が十分に指導できない場合、施設や部員数の都合で複数の指導者が必要な場合など、生徒が安全で充実した指導を受けることができるよう、また教員の負担軽減のためにも、必要に応じて「外部コーチ派遣事業」を活用しましょう。その際、顧問は日常的に外部コーチと連携し、安全管理等、外部コーチ任せにならないよう留意しましょう。

(イ) 合同部活動、ブロック内選択制部活動

部員数の減少で試合形式の練習が行えないなどの事情がある場合や、自校にない種目を希望する生徒がいる場合は、「合同部活動」制度や「ブロック内選択制部活動」制度を有効に活用し、生徒の活動の充実を図りましょう。

(ウ) 部活動指導員

生徒が専門的な技術指導を受けられると同時に、教員の負担軽減を図ることができるよう、顧問に替わって指導や引率をすることができる「部活動指導員」を積極的に活用しましょう。

(2) 望ましい指導の在り方

ア 事故防止の徹底

スポーツは常にけがの危険と隣り合わせにあるため、生徒の安全を第一に考え、活動中はもちろん、用具の準備や準備運動などの事前の準備段階から事故防止と事故発生時を想定した対応まで、万全の体制づくりが必要です。

(ア) 安全指導の充実

- ① 生徒自身が、教科等の授業で習得した安全に関する知識や技能を活用・発展させ、積極的に自分自身や他人の安全を確保することができるよう指導すること。
- ② 施設・用具の正しい使用方法を指導すること。また、使用前の安全確認の習慣化や、準備・片付け及び移動時の安全指導なども十分に行うこと。

(イ) 安全管理の徹底

- ① 個々の生徒の基礎疾患、既往歴、運動制限など、配慮すべき事項を把握しておくこと。心疾患、腎疾患については、学校生活管理指導表の指導区分を確認しておくこと。
- ② 生徒の体力や技能レベルを考慮した指導の計画を立てること。
- ③ 生徒は発達途上にあり、自分の限界や心身の不調をうまく訴えることができなかつたり、不調を隠したりする場合があることを前提に、生徒の体調をしっかりと観察すること。
- ④ やむを得ず顧問が活動に立ち会えない場合は、他の顧問と連携・協力したり、安全に十分留意した内容や方法をあらかじめ生徒に理解させたうえで活動させること。その際、任せきりにはせず、聴き取りや部活動日誌などにより必ず活動内容を把握すること。
- ⑤ 施設・設備・用具などは常に整理整頓して安全に配置・設置するとともに、定期的な安全確認を行うこと。
- ⑥ 防球ネットなどを活用し、人数や練習内容に応じて安全に活動できる場を確保すること。
- ⑦ 熱中症対策のための気温・湿度等の把握はもとより、暴風や雷、ゲリラ豪雨、光化学スモッグなどの気象情報を事前に収集し、危険が予測される場合は活動を中止するなど、必要な措置を講じること。

(ウ) 事故等への適切な対応

- ① 万が一、事故が発生した場合には、生徒の安全確保や応急手当などの適切な対応を行うこと。また、「学校安全の手引（平成26年4月 京都市教育委員会、京都市中学校教育研究会安全教育部会）」に基づき、学校全体の救急及び緊急連絡体制を確立して全教職員で共有すること。なお、事故により救急搬送した場合や、頭部や腹部を強打した場合は、速やかに体育健康教育室（学校安全担当）にその旨を報告すること。
- ② 管理職が不在の場合や、学校外での活動時に事故が発生した場合においても、学校が組織的に対応できるよう、事故発生時の指揮命令者を明確にし、教職員体制が通常と異なる場合の役割分担や連絡体制を定めておくこと。

- ③ 応急手当や救命措置についての校内研修を毎年定期的に行うなど、全教職員が心肺蘇生法の正しい手順、AEDの設置場所と使用方法を理解しておくこと。
- ④ 常に生徒の健康状態を観察し、水分補給や休息をこまめに行い、熱中症予防を徹底すること。湿度が高い日や温度変化の大きな時期、暑さに慣れていない時期などには、特に注意すること。
- ⑤ 脳震盪を受傷した恐れがある場合、直ちに活動から離れ、脳神経外科等の専門医の診断を受けさせること。脳震盪は、意識消失以外にも、記憶障害、眠気、錯乱、多弁、集中力の低下、だるさ、めまい、頭痛、バランス障害、光や音など刺激に対する過敏化または鈍化など、様々な症状があることを理解すること。なお、脳に同じような衝撃を二度受けた場合、一度目が軽微なものであっても、二度目の症状が重篤になることがあるため（セカンドインパクト症候群）、活動に復帰させる際には専門医の判断を仰ぐこと。
- ⑥ 食物アレルギー等がある生徒への対応はもとより、食物アレルギー等の有無に関わらず運動をすることで激しいアレルギー反応を発症することもあるため（運動誘発アナフィラキシー）、迅速に対応できるよう、指導者はエピペンの使用や救急車の要請など、応急処置について理解しておくこと。（特に血圧低下や意識の低下、脱力を来すような場合を「アナフィラキシーショック」と呼び、直に対応しないと生命にかかわる重篤な状態となる。）

* スポーツ振興センター災害共済給付制度 *

学校管理下の活動において生じた生徒の傷病に関する医療費については、独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付の制度が適用されるため、管理職及び校内の担当者（養護教員など）と連携しながら、保護者への説明や手続きを行うこと。

※ 大会や練習試合については、学校長が事前に参加を許可し、校外活動届が提出されているなど、あらかじめ自校の教育活動の一環として計画して参加するもので、教職員による適切な引率、指導が行われている活動が対象となること。

※ 学校の教育活動として認められない活動は給付対象とならない。

〔 例：競技団体による選抜チームの活動，社会体育として位置付けられるクラブチームの活動，
学校長の承認がない個人的な活動，教職員の引率や指導がない活動 等 〕

イ 計画的な活動スケジュールの設定

生徒が運動部活動に活発に取り組む一方で、学習や家庭での生活時間、地域活動等、多様なものにも目を向け、バランスのとれた充実した学校生活を送ることができるよう、生徒の生活時間全体を考慮した活動スケジュールを設定しましょう。またスポーツ障害の防止や疲労回復のためにも、積極的に休養日を設けましょう。

一方、指導者にとっても、連日、長時間に及ぶ活動は、授業準備や教材研究、学年の打ち合わせなどの日々の業務に支障をきたしたり、時間外勤務の常態化により心身の疲労を招いたりするなどの望ましくない影響が生じることが考えられます。指導者が意欲を持って取り組むためにも、適切な活動日や活動時間を設定することが重要です。

（ア）生徒の実態を踏まえた計画の工夫

- ① 顧問は、一年を試合期、充実期、休息期に分けて活動内容にメリハリをつけるなど、一年間を見通した計画や各月ごとの計画を作成し、管理職に提出するとともに、保護者に対しても十分周知すること。

- ② 学期中は、週当たり2日以上の休養日を設ける。(平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日(以下「週末」という。)は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会参加等*で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。)

※大会参加とは、中体連または各競技団体が主催する大会に限る。

- ③ 始業前の朝の時間帯に練習を行う場合は、疲れにより授業に影響がでることのないよう注意するとともに、生徒の安全や健康、教員の負担等についても十分配慮すること。なお、休養日には朝の練習も行わないこと。
- ④ 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養をとることができるとともに、部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間(オフシーズン)を設ける。なお、8月中旬や年末年始の学校閉鎖期間中には活動しないこと。
- ⑤ 1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日(学期中の週末を含む)は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。(P9参照)

(イ) 部活動と学習等の両立

- ① 生徒が「部活動漬け」にならず、学習時間や、家庭や地域で様々なことを経験する時間を確保できるよう、生活時間全体を見通した計画を立てること。
- ② 部活動を通じて、下校指導や学習計画作成への助言など、生徒の生活面や学習面への指導についても効果的に行うこと。

ウ 自主的、自発的な部活動運営

生徒が自主性や主体性を発揮できるよう、指導者は、活動目標や方針、練習のねらいや内容、方法などを生徒にしっかりと理解させる必要があります。部活動を通じて生徒が自分の目標や課題、役割などを自ら設定し、達成や解決に向けた必要な取組を考え、実践する力を育むことが重要です。

(ア) 生徒が楽しく継続して活動できる指導

- ① 勝つことのみを意識した指導者本位の活動になってはいけないこと。
- ② 生徒がスポーツの楽しさや喜びを味わうことで、生涯にわたってスポーツに親しむ基礎を育むことを目指した指導を行うこと。
- ③ 生徒の技能やニーズに応じて活動内容や練習場所などを工夫し、楽しく活動できる雰囲気づくりに努めること。
- ④ 顧問が一方的な運営を行うのではなく、生徒とコミュニケーションを図りながらニーズや意見を把握し、生徒自身が、計画、実践、評価、改善に主体的に関与できるようにすること。

(イ) リーダーの育成

- ① 生徒の主体性や責任感などを育み、やりがいを持って活動することができるよう、一人一役を任せるなど、部内での役割分担にも配慮すること。
- ② 多様な学年や学級の生徒が参加する部活動の特性をいかし、部員をまとめたり、部長会議など部の代表として参加する活動をととして、生徒にリーダーとしての資質を育むこと。

エ 好ましい人間関係の育成

指導者と生徒が日頃から活発にコミュニケーションを図り、両者の信頼関係を築くことが、部活

動運営の前提となります。生徒は、ときに他のどの教職員よりも部活動の顧問に強い信頼を寄せることもあります。部活動指導を通じて、生徒と「心の交流」を図るよう心がけましょう。

(ア) 生徒と顧問との信頼関係の確立

- ① 顧問は、ミーティングや部活動日誌などを通して、常に生徒の状態を把握すること。
- ② 生徒との信頼関係があるからと言って、体罰や暴言は決して許されるものではないこと。
- ③ 学校外の生徒に連絡をとる際は、原則として学校の電話を使用し保護者を通して行うこと。携帯電話等の番号やメールアドレス等を生徒に教えたり、生徒から取得したりしないこと。

※「教職員と児童生徒間の携帯電話等の使用について」（平成28年3月11日 Y902A19）参照

(イ) 生徒を取り巻く環境とのかかわり

- ① 顧問は、生徒の様子について担任や学年主任などと常に情報共有し、互いに連携すること。
- ② 年間計画や活動方針について年度当初などに保護者に説明する機会を設け、理解を得ること。

(ウ) 生徒同士の良好な人間関係の形成

- ① 活動をとおして、生徒同士が互いに競い、励まし、協力する中で友情を深め、豊かな人間関係を築いていくことができるように留意すること。
- ② 学級や学年を超えた交流の機会として、学級内とは異なる人間関係の形成にも努めること。

オ 体罰等の禁止

体罰や暴言は、生徒の人権を侵害する不当な行為であり、いかなる場合も許されるものではありません。これらは「暴力」であり、「熱心な指導のあらわれ」や「強い指導の一環」などという、誤った認識は厳に改めなければなりません。

(ア) 体罰等の禁止

- ① いかなる理由があっても、体罰や暴言は許されないこと。
- ② 生徒との信頼関係や保護者の容認があるからと言って正当化されるものではないこと。
- ③ 被害を受けた生徒はもとより、その場に居合わせた生徒の後々の人生にまで、身体的、精神的な悪影響を及ぼす可能性があることを理解すること。

(イ) 体罰等の許されない指導と考えられるものの例

※「運動部活動での指導のガイドライン」より（H25.5.27 文部科学省 運動部活動の在り方に関する調査研究協力者会議）

- ① 殴る、蹴る等。
- ② 社会通念、医・科学に基づいた健康管理、安全確保の点から認め難い又は限度を超えたような肉体的、精神的負荷を課す。
(例) ・長時間にわたっての無意味な正座・直立等特定の姿勢の保持や反復行為をさせる。
・熱中症の発症が予見され得る状況下で水を飲ませずに長時間ランニングをさせる。
・相手の生徒が受け身をできないように投げたり、まいったと意思表示しているにも関わらず攻撃を続ける。
・防具で守られていない身体の特定の部位を打突することを繰り返す。
- ③ パワーハラスメントと判断される言葉や態度による脅し、威圧・威嚇的発言や行為、嫌がらせ等を行う。
- ④ セクシャルハラスメントと判断される発言や行為を行う。
- ⑤ 身体や容姿に係ること、人格否定的（人格等を侮辱したり否定したりするような）な発言を行う。
- ⑥ 特定の生徒に対して独善的に執拗かつ過度に肉体的、精神的負荷を与える。

カ 科学的・合理的な練習方法の工夫

教科指導において、授業の質を高めるために常に最新の知見や指導法を習得することが求められるように、部活動指導においても、指導者自身の経験のみに基づく指導を行うのではなく、絶えず新しい知識や技術、指導方法などの情報を積極的に収集し、習得する必要があります。

トレーニング効果を高めたり、スポーツ障害を防止したりするためにも、スポーツ医・科学研究の成果を積極的に活用するようにしましょう。

(ア) 中学生期のトレーニング

- ① 中学生期は心身の発達途上にあることや、発達には個人差があることを理解すること。
- ② 生徒の体力や技術の程度にそぐわないような課題を与えたり、結果を求めたりすると、やる気を失ったり、重大なけがにつながったりすることを理解すること。
- ③ 特に成長期の女子に過剰なトレーニングを行うと、無月経を引き起こし、女性ホルモンの分泌が低下して骨の形成が妨げられるなど、深刻な影響を与えることを理解すること。

(イ) 専門的知識及びコーチング技術

- ① 質問や提案によって生徒の発言を促し、生徒が自発的に考え、行動するように導く手法（コーチング）を積極的に取り入れること。
- ② 生徒の話を積極的に傾聴し、取組の「成果」はもちろん、「過程」についても十分に誉めることで、生徒の能動性や潜在能力を引き出すような指導を行うこと。
- ③ 指導方法だけでなく、部活動の運営（マネジメント）についての専門的な知識や技術の習得にも努めること。

(ウ) 医・科学に関する知識

- ① 効率的にトレーニング効果を得るためには、疲労を回復する期間が必要であることから、「休養は練習の一部」という認識を持って練習計画を立てること。
- ② 「ジャンパーズ膝」、「足関節捻挫」、「腰椎分離症」、「野球肘」など、中学生期に起こりやすいスポーツ傷害について、発症しやすい種目や症状、原因、予防策を理解しておくこと。
- ③ その他、常に新しい医・科学的な知識を得るように努めること。

(3) その他の留意事項

ア 小中連携・中高連携の取組

小中連携や中高連携の取組の一環として小学生や高校生と一緒に活動する際には、安全で効果的な活動とするため、年齢や体格差などに配慮して行いましょう。

- ① 教育活動の連続性を高める取組としてのねらいを明確にすること。
- ② 小学生や高校生と一律に同じ練習を行うのではなく、体格や体力の差など、発達段階に配慮した内容で練習を行うこと。
- ③ 双方の顧問の立ち会いが必要であること。（施設一体型、施設併用型の一貫校などで、指導にあたる教職員が兼務となっている場合を除く）
- ④ 小学生の活動については、別に定める小学校部活動のガイドライン（京都市教育委員会・京都市小学校長会・京都市小学校体育研究会・京都市小学校スポーツ連盟作成）の内容に則した活動日、活動時間とすること。

- ⑤ 学校として計画された教育活動の一環として実施すること。（学校長の許可なく顧問が個人的な繋がりで交流する場合や、教職員による引率がない自由参加の体験会として活動する場合などは、部活動として認められない。）

イ 校外活動

練習試合や大会参加など、校外で活動する場合は、実施日や場所、引率方法などについて、事前に学校長の承認を得る必要があります。

- ① 顧問は、実施日や場所、時間、引率方法などについて、事前に学校長の承認を得ること。
- ② 学校長は、教育委員会に対して「校外活動届」を提出すること。（京都市教育委員会主催の大会や校区内での活動などを除く）
- ③ 移動は、徒歩または公共交通機関、貸切バスなどを利用すること。自家用車やレンタルしたマイクロバス等、教職員や保護者が運転する車で生徒を移動させてはならないこと。
- ④ 休日の活動や合宿などの予定については、可能な限り早く保護者に周知すること。

ウ 競技団体が主催する大会などへの参加

中学校体育連盟が主催する春季、選手権、秋季の三大会以外の、競技団体が主催する各種大会や競技会への参加については、定期テストなどの学校行事の日程を考慮するとともに、生徒や家庭に過度な負担をかけることが無いよう、その必要性を十分に精査しましょう。

参考：スポーツ庁「運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン」（H30.3）

※一部抜粋

ア 運動部活動における休養日及び活動時間については、成長期にある生徒が、運動、食事、休養及び睡眠のバランスのとれた生活を送ることができるよう、スポーツ医・科学の観点からのジュニア期におけるスポーツ活動時間に関する研究も踏まえ、以下を基準とする。

- 学期中は、週当たり2日以上休養日を設ける。（平日は少なくとも1日、土曜日及び日曜日（以下「週末」という。）は少なくとも1日以上を休養日とする。週末に大会参加等で活動した場合は、休養日を他の日に振り替える。）
- 長期休業中の休養日の設定は、学期中に準じた扱いを行う。また、生徒が十分な休養を取ることができるとともに、運動部活動以外にも多様な活動を行うことができるよう、ある程度長期の休養期間（オフシーズン）を設ける。
- 1日の活動時間は、長くとも平日では2時間程度、学校の休業日（学期中の週末を含む）は3時間程度とし、できるだけ短時間に、合理的でかつ効率的・効果的な活動を行う。

◎資料編

[京都市立中学校 運動部活動の在り方に関する検討委員会]

○中学校運動部活動における留意事項について（試案）	資 1
○部活動チェックシート	資 3
○年間活動計画，月別活動計画例	資 6
○部活動日誌例	資 8

[京都市教育委員会]

○京都市立中学校及び高等学校運動部活動選手派遣に関する補助金交付要綱	資 9
○運動部活動総合推進事業「外部コーチ派遣事業」実施要綱	資 11
○運動部活動総合推進事業「ブロック内選択制部活動」実施要領	資 12
○運動部活動総合推進事業「合同部活動」実施要領	資 13
○教職員と児童生徒間の携帯電話等の使用について	資 14
○熱中症事故の防止について	資 15

[京都市中学校体育連盟]

○運動部活動の指導について	資 18
○京都市中学校各種体育大会における複数校合同チーム参加規程について	資 19
○京都市中学校体育連盟主催大会における引率者に対する特例	資 19

平成28年2月18日

中学校運動部活動における留意事項について（試案）

京都市教育委員会
京都市立中学校長会
京都市中学校体育連盟

運動部の活動は、学習指導要領に示されている多様な意義や要請をふまえて、学校として組織的・計画的な運営や指導に留意・工夫して取り組むこと。

＜中学校学習指導要領解説 総則編＞ （一部抜粋）

部活動の意義と留意点等（第1章第4の2（13））

生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。その際、地域や学校の実態に応じ、地域の人々の協力、社会教育施設や社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うようにすること。

中学校教育において大きな役割を果たしている「部活動」については、前回の改訂により、中学校学習指導要領の中でクラブ活動との関連で言及がなされていた記述がなくなっていた。これについて、平成20年1月の中央教育審議会の答申においては、「生徒の自発的・自主的な活動として行われている部活動について、学校教育活動の一環としてこれまで中学校教育において果たしてきた意義や役割を踏まえ、教育課程に関連する事項として、学習指導要領に記述することが必要である。」との指摘がなされたところである。

本項は、この指摘を踏まえ、生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動について、

- ① スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養、互いに協力し合って友情を深めるといった好ましい人間関係の形成等に資するものであるとの意義、
- ② 部活動は、教育課程において学習したことなども踏まえ、自らの適性や興味・関心等をより深く追求していく機会であることから、第2章以下に示す各教科等の目標及び内容との関係にも配慮しつつ、生徒自身が教育課程において学習する内容について改めてその大切さを認識するよう促すなど、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるようにするとの留意点、
- ③ 地域や学校の実態に応じ、スポーツや文化及び科学等にわたる指導者など地域の人々の協力、体育館や公民館などの社会教育施設や地域のスポーツクラブといった社会教育関係団体等の各種団体との連携などの運営上の工夫を行うとの配慮事項、

をそれぞれ規定したものである。

各学校が部活動を実施するに当たっては、本項を踏まえ、生徒が参加しやすいように実施形態などを工夫するとともに、休養日や活動時間を適切に設定するなど生徒のバランスのとれた生活や成長に配慮することが必要である。

1 運動部活動の運営・指導については、主に下記のことに留意して行うこと。

① 組織的・計画的な取組

できるだけ多くの生徒が、運動部活動に積極的・主体的に参加できるよう、指導体制の確立、運営計画の策定並びに全教職員による連携・協力体制づくりを図ること。

② 安全かつ適切な活動

一人一人の生徒の能力や発育・発達段階に応じた適切な活動が行われるよう留意し、過剰な練習による生徒への過度な負担がスポーツ障害並びに事故などの発生につながる恐れがあるので厳に慎むこと。

③ 事故等への適切な対応

スポーツ安全保険等を利用するなどして、運動部活動中の事故による傷害等が起こった場合、適切に対処できるようにすること。（「独立行政法人日本スポーツ振興センター」の災害共済給付制度において、課外における部活動は、学校のエデュケーション計画に基づいて行われ、教師または学校の設置者等に委嘱された外部指導者の適切な指導の下に行われるものが給付の対象となる。）

④ 計画的な休養日の設定

生徒が学習活動をはじめ学校での多様な活動をバランスよく行えるよう、練習や大会参加等の計画的なスケジュール設定・管理をすること。また各学校において、大会や試合の期間・時期を除き土曜日や日曜日、平日に休養日を設けるなど、「ノー部活動デー」を設け、生徒の健康管理を考慮した適切な運営に努めること。

⑤ 適切な練習時間の設定

生徒の登下校の状況等を考慮して練習の開始・終了時刻を適切に設定するとともに、始業前の朝の時間帯に練習を行う場合についても、教員の負担や生徒の安全・健康について十分配慮すること。

⑥ 生徒の主体性の尊重と柔軟な運営

「社会を生き抜く力」を育成する観点から、生徒が自主的・自発的に活動できるようにするとともに、生徒の意欲や決断力の育成を重視した運営を行い、特に勝利至上主義的な考え方によって、生徒の主体性を損なう、一方的な行き過ぎた練習や指導を行わないこと。

⑦ 体罰等の禁止

部活動は、学校教育の一環として行われるものであり、いかなる理由があっても体罰・暴言は認められない。成績や結果を残すことのみに固執せず、教育活動として逸脱することなく適切に実施すること。

⑧ 開かれた部活動

各部の活動状況を振り返る機会を設けるとともに、活動計画について適宜保護者に周知し、理解を得ること。また必要に応じて外部指導者の活用などに努めること。

2 研修会 ～運動部活動指導者研修会の計画・実施～

科学的な根拠に基づき、発育・発達段階の特性に応じたトレーニング法の習得や、医学的な観点からの事故・けがの防止策の習得などを含め、指導者の意識改善やスキルの向上を図る研修会の実施と積極的な参加。

※ なお、文化部活動についても上記に準じた指導を行うこと。

部活動チェックシート

【管理職向け】

※☑がつかない項目があれば、運営体制等を再確認しましょう。

- ☐ 部活動運営方針や部活動規定を作成し、年度当初に全教職員で共通理解している。
- ☐ 各部から保護者等に発出される文書は、必ず校長名（または校長名と顧問名の連名）とし、事前に内容を確認している。
- ☐ 顧問任せにするのではなく、すべての部の活動の様子を把握している。
- ☐ 活動中の生徒の様子などを、担任や学年、管理職で共有する仕組みが出来ている。
- ☐ 複数顧問制や外部コーチを活用するなどして、顧問の負担軽減に努めている。
- ☐ 各部の会計管理が適切に行われているか、定期的に確認している。
- ☐ 校内を巡回して施設の状態を点検したり、生徒の活動の様子を把握したりしている。
- ☐ 事故が発生したときに備えて危機管理マニュアルを作成し、その内容を全教職員が共通理解している。
- ☐ 全教職員が心肺蘇生の手順や方法、AEDの設置場所や使用方法を理解している。
- ☐ いずれの部も、週1日以上のお休み日を設定している。
- ☐ 教職員が携帯電話やメール等で生徒と直接連絡を取り合っていることはない。
（定められた手続きを経た場合を除く）
- ☐ 体罰根絶について、校内研修を行うなど、日頃から教職員に周知徹底している。
- ☐ 体罰や暴言について、「愛情があれば許される」、「保護者が了承していれば問題ない」という誤った雰囲気をつくっていない。
- ☐ 教職員同士が互いの悩みや思いについて話し合ったり、管理職に相談したりできるような雰囲気づくりが出来ている。
- ☐ 教職員が不適切な指導や体罰が疑われるような事案を見聞きした場合に、誰でも管理職に相談できるような風通しのいい体制になっている。
- ☐ 校外で活動する場合は、毎回、顧問から事前に予定表を提出させるなど、管理職が各部の活動を把握できる体制となっている。
- ☐ 中学校体育連盟が主催する春季、選手権、秋季の三大会以外の各種大会や練習試合への参加については、定期テストなどの学校行事に配慮し、生徒や家庭に負担がない範囲に限り認めている。

部活動チェックシート

【指導者向け】

※☑がつかない項目があれば、運営体制等を再確認しましょう。

【運営面】

- ☐ 学校の部活動方針に則して、部規定や活動計画を作成している。
- ☐ 「部活動だより」を作成するなどして主な活動スケジュール等を家庭に知らせている。
- ☐ 部費や遠征費など、家庭への経済的な負担は最小限とし、必要性を丁寧に説明したうえで、計画的に徴収している。
- ☐ 年度ごとに会計報告を行っている。
- ☐ 現金出納簿や支払いに係る領収書など、会計の記録や証拠書類の保管を徹底している。
- ☐ 会計処理について、定期的に管理職が確認している。
- ☐ 校外で活動する場合は、毎回、事前に学校長の承認を得ている。
- ☐ 校外で活動する場合等に、自分や保護者が運転する車で生徒を移動させていない。
- ☐ 中学校体育連盟が主催する春季、選手権、秋季の三大会以外の各種大会や練習試合への参加については、定期テストなど学校行事を優先し、生徒や家庭の負担にならないよう精選している。

※☑がつかない項目があれば、指導方法等を再確認しましょう。

【指導面】

- ☐ 定期的に用具や施設の安全点検を行っている。
- ☐ 生徒に用具や施設の正しい取扱方法を指導し、必ず使用前に安全確認をさせている。
- ☐ 生徒に危険回避や安全に関する指導を日常的に行っている。
- ☐ 既往症等、生徒の健康上留意すべき事項を把握している。
- ☐ 活動中、随時生徒の健康状態を確認している。
- ☐ 設定する目標や与える課題は、生徒の体力や技能等に応じたものになっている。
- ☐ 与えた課題の内容や意図、取り組み方や手順等を、生徒が十分理解している。
- ☐ 事故が発生した場合の対応を校内で共通理解している。
- ☐ 心肺蘇生法の手順や方法、AEDの設置場所や使用方法を理解している。
- ☐ 熱中症を予防するため、休息や水分補給をこまめに行っている。
- ☐ 週1日以上は休養日を設けている。
- ☐ 生徒が楽しんでスポーツをしている姿がある。
- ☐ 指導者本位ではなく、生徒が主体の活動となっている。
- ☐ 生徒とのコミュニケーションを大切にしている。
- ☐ 積極的に良いところを見つけてほめるように心がけている。
- ☐ 携帯電話等の番号やメールアドレスを生徒に教えたり生徒から取得したりしていない。
(定められた手続きを経た場合を除く)
- ☐ 部活動での生徒の様子を担当や学年主任等と常に情報共有している。

- 指導中，下記に示すような感情や行動に陥っていない。
 - 試合に負けたとき，その結果を素直に受け入れられない。
 - 生徒のためには試合に勝つ経験をさせることが何よりも大切であり，負けてしまっ
ては意味がない。
 - 勝ちたいという意欲を感じない生徒や，覇気がない生徒をみると無性に腹立たしい。
 - 生徒と話をしているうちに，次第に感情が高ぶり，語気が強くなったり厳しい言い方
になったりすることがある。
 - 生徒の欠点ばかりが目についてしまう。
 - 雰囲気を引き締めるために，主将や中心となる選手に対して特に強く指導している。
 - 自分も体罰を受けた経験があり，そのおかげで精神的に成長できたと考えている。
 - 生徒との人間関係が築けていたり，保護者が了承していたりすれば，多少，言葉遣い
が荒くなったり，頭を小突く程度のことは理解されると考えている。
 - 指導について，管理職や他の教職員に相談したりアドバイスを求めることはない。

【年間活動計画例】

平成〇〇年度 年間活動計画

部名	〇〇部
顧問名	〇〇, △△
部員数	1年〇〇名, 2年〇〇名, 3年〇〇名
活動日及び活動場所	月・金・土：体育館 火・木：グラウンド（トレーニング）
休養日	水曜日, 日曜日

年間目標	〇〇〇〇
-------------	------

月	計画	学校行事等	主な練習内容
4月	仮入部期間（～〇〇日） 春季大会（中体連）	入学式 始業式	〇〇〇〇
5月	保護者説明会	中間テスト（〇〇日～〇〇日）	〇〇〇〇
6月		休日参観（〇〇日） 期末テスト（〇〇日～〇〇日）	〇〇〇〇
7月	選手権大会（中体連）	夏季休業（〇〇日～）	〇〇〇〇
8月	夏季合宿（〇〇県 2泊） 活動休止（〇〇日～〇〇日）	夏季休業（～〇〇日）	〇〇〇〇
9月	〇〇杯大会（協会）	中間テスト（〇〇日～〇〇日）	〇〇〇〇
10月	秋季大会（中体連） 部活動体験		〇〇〇〇
11月		期末テスト（〇〇日～〇〇日）	〇〇〇〇
12月	活動休止（〇〇日～〇〇日）	冬季休業（〇〇日～）	〇〇〇〇
1月	活動休止（〇〇日～〇〇日）	冬季休業（～〇〇日）	〇〇〇〇
2月		学年末テスト（〇〇日～〇〇日）	〇〇〇〇
3月	遠征（〇〇県△△中）	卒業式（15日） 修了式（〇〇日）	〇〇〇〇

【月間活動計画例】

〇〇部 活動計画（〇〇年〇〇月）

今月の目標	〇〇〇〇
-------	------

日	曜	行事	活動	主な練習内容
1	水		休	
2	木	職員会議	○	トレーニング
3	金		○	△△△△
4	土		○	△△△△, 試合形式
5	日		休	
6	月		○	△△△△
7	火		○	〃
8	水		休	
9	木	職員会議	○	トレーニング
10	金		○	△△△△
11	土		○	△△△△, 試合形式
12	日		休	
13	月		○	試合形式
14	火		○	〃
15	水		休	〃
16	木	テスト週間 職員会議	休	
17	金	↓	休	
18	土		休	
19	日		休	
20	月		休	
21	火		休	
22	水	中間テスト	休	
23	木	中間テスト 職員会議	○	△△△△
24	金		○	試合形式
25	土		○	〃
26	日		○	公式戦
27	月		休	振替
28	火		○	振り返り, △△△△
29	水		休	
30	木	職員会議	○	△△△△
31	金		○	△△△△

【部活動日誌例】

〇〇部 活動日誌

1 活動状況

日時	平成〇〇年〇〇月〇〇日（〇）	〇〇時〇〇分～〇〇時〇〇分
場所	グラウンド	
気象	天候（ 〇〇 ） ， 気温（ 〇〇 ）℃	
人数	1年〇〇名， 2年〇〇名， 3年〇〇名	
欠席等	欠席者名：〇〇〇〇 見学者名：なし	
目標	〇〇〇〇〇〇〇〇	

2 活動内容

詳細	
○時○分頃	練習開始
○時○分頃	1年生は○○○○，2年生・3年生は○○○○に取り組み・・・
○時○分頃	○分間の休憩
○時○分頃	全体で○○○取り組み・・・・・・・・
	・
	・
○時○分頃	解散

3 負傷・体調不良等

氏名	発生状況	負傷部位・症状等	対応状況
○年 ○○○○	○○○○・・・・	○○○○・・・・	○○○○・・・・

4 反省等

反省及び 顧問への 連絡事項	○○○○○○ （記入者 ○○○○ ）
顧問コメント	△△△△

運動部活動総合推進事業「外部コーチ派遣事業」実施要綱

（目的）

第1条 京都市立学校運動部において、当該運動部顧問による技術指導が困難な運動部並びに合同部活動及びブロック内選択制部活動を実施する運動部に当該競技の技術指導に優れた外部技術指導員（以下「外部コーチ」という。）を派遣し、運動部活動の指導体制を強化し、その活動の充実・活性化を図る。

（派遣対象）

第2条 外部コーチの派遣対象は、学校長及び当該運動部顧問が外部コーチの派遣を希望する運動部で、次のとおりとする。

- 顧問による技術指導が困難な運動部
- 合同部活動を実施する運動部
- ブロック内選択制部活動を実施する運動部
- その他、指導体制の強化・整備の必要な運動部

（外部コーチの職務等）

第3条 外部コーチは、校長の監督の下に顧問を補佐し、運動部活動の時間内において、当該種目の専門的な立場から、生徒に対し、技術及び理論の指導を行うものとする。

- 外部コーチは、指導上知り得た秘密を漏らしてはならない。また、その指導を退いた後も、同様とする。
- 外部コーチの派遣回数は、第5条の申請に基づき、予算の範囲内で教育長が決定する。

（外部コーチの条件）

第4条 外部コーチは、京都市立学校の常勤の教職員、再任用教諭（短時間も含む）以外の者で教育に対し理解と識見を有する者のうち、次の各号のいずれかに該当するものとする。

- 中学校又は高等学校教諭免許を有する者で、かつ、当該種目の運動部活動の指導の経験が豊富なもの
- 段位、指導員、審判員資格等当該種目の競技団体が認定した一定の資格を有する者で、かつ、当該種目の技術的な指導の経験が豊富なもの
- 当該種目の競技経歴が豊富で、かつ、優秀なもの

（派遣申請）

第5条 校長は、前条の規定に適合し、外部コーチとして適当であると認める者を選考し、「外部コーチ派遣申請書」（第1号様式）とその者の履歴書（様式不問）を教育長に提出しなければならない。

（委嘱）

第6条 教育長は、前条の申請書の提出があったときは、これを審査し、外部コーチ派遣の要否及び外部コーチとしての適否を決定し、校長にその旨を通知するとともに、外部コーチとして派遣することを決定した者に対し、委嘱状を交付する。

（解嘱）

第7条 教育長は、外部コーチが次の各号のいずれかに該当すると認めたときは、当該外部コーチを解嘱するものとする。

- 当該校の教育方針に反する行為があったとき。
- 運動部活動の指導者として適格性の欠く行為があったとき。

（謝礼）

第8条 外部コーチには、1回（2時間程度）につき3,007円（税込み）の謝礼を支給する。

- 謝礼は、次の各期ごとに当該期に係る謝礼をまとめて支給する。

前期	4月1日から	9月30日まで
後期	10月1日から	翌年3月31日まで
- 校長は、前項の各期の末日から1週間以内に、「外部コーチ指導実績報告書」を教育長に提出しなければならない。

（傷害保険への加入）

第9条 外部コーチは、保険会社の普通傷害保険に加入するものとする。

- 保険加入にあたっての手続及びその保険料の負担は、京都市教育委員会が行なうものとする。

（複数校部活動における申請事務等）

第10条 複数校により部活動を実施している場合の申請等事務は、関係学校において事務担当校を互選し、協議のうえ書類等を作成するものとする。

（補則）

第11条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は体育健康教育室長が別に定める。

付 則（平成13年4月1日決定）

この要綱は、平成13年4月1日から実施する。

付 則

この要綱は、平成16年4月1日から実施する。

付 則

この要綱は、平成19年4月1日から実施する。

付 則

この要綱は、平成25年4月1日から実施する。

付 則

この要綱は、平成28年4月1日から実施する。

付 則

この要綱は、平成29年4月1日から実施する。

（関係要綱の廃止）

- 京都市立中・高等学校体育部活動外部コーチ派遣事業実施要綱は、廃止する。
- 京都市立中学校運動部活動活性化対策「合同部活動」外部指導者派遣要綱は、廃止する。

運動部活動総合推進事業「ブロック内選択制部活動」実施要領

1 目 的

生徒の運動部種目の選択肢を増やすことにより、生徒の多様な運動欲求に応え、もって京都市立中学校における運動部活動の活性化を図ることを目的として、在籍校に希望する運動部（種目）がなくても、ブロック内の他校の運動部に参加できる「ブロック内選択制部活動」（以下「ブロック制部活動」）を実施する。

2 実施対象

京都市立中学校生徒で、「ブロック制部活動」により部活動を行うことを希望する生徒

3 実施方式

- (1) 「拠点校方式」
拠点校を選定し、その種目について設定したブロック内の学校から参加希望者を募集する方式
- (2) 「学校間連携方式」
近接する学校間の協議で、相手校の運動部（在籍校に無い）に参加する方式
- (3) 「モデル地域方式」
近隣の複数校によりモデル地域を設定し、それぞれの学校に設置されている運動部に相互に参加する方式

4 実施方法

- (1) ブロックの決定
ア 「拠点校方式」
京都市中学校体育連盟のそれぞれの専門部が、種目の特性（全市における部数・指導者の配置状況等）をもとに拠点校を設定し、移動時間・距離等を考慮のうえ決定する。
イ 「学校間連携方式」
近接する学校間の協議で、相手校の運動部（在籍校に無い）に参加する。
ウ 「モデル地域方式」
教育委員会が、運動部数が少ない小規模校や日頃から交流のある近隣校等を対象に、モデル地域（ブロック）を設定する。
- (2) ブロック及び拠点校等の周知
教育委員会は、「ブロック制部活動」におけるブロック及び拠点校等の情報を集約し、文書により各学校長へ周知するものとする。
- (3) 部員の募集
各学校長は、「ブロック制部活動」を生徒に周知するとともに、希望者を集約し、受入校に報告すること。

5 実施上の留意事項等

- (1) 事業目的の周知
「ブロック制部活動」に参加する生徒及び保護者には、対象生徒の在籍校において、事業目的等について十分に説明すること。

- (2) 連絡責任者の選定
ア 対象生徒の在籍校は、あらかじめ連絡責任者を決めておくこと。
イ 前項の連絡責任者は、原則として教頭とする。
- (3) 移動方法
対象生徒の在籍校の校長は、生徒の拠点校への移動について、距離・時間等を考慮し、適切な指示や指導を十分に行うこと。
- (4) その他
ア 参加生徒は、拠点校の部活動運営規定に従って活動するものとする。
イ 拠点校の顧問及び連絡責任者は、練習方法の連絡や参加・不参加等の確認等を相互に緊密に連絡を取り合い、十分な連携を図るものとする。

6 事故処理等

事故処理については、拠点校及び教育委員会が責任をもつものとし、次により行うものとする。

- (1) 生徒の活動場所への移動中の事故は、当該生徒の在籍校が事故処理を行うものとする。
- (2) 生徒の活動場所での活動中の事故及び活動場所から自宅への移動中の事故は、拠点校が協力して事故処理を行うものとする。
- (3) 生徒の前記事故に係わる事故報告については、当該生徒の在籍校が作成し、教育委員会に提出するものとする。なお、「事故報告書」の作成に際しては、拠点校が協力してこれを行うものとする。
- (4) 独立行政法人日本スポーツ振興センター災害共済給付手続きは、当該生徒の在籍校が行うものとする。

7 支 援

教育委員会は、本実施要領に基づく「ブロック制部活動」が学校間で円滑に実施できるよう、外部指導者の派遣や用具整備等により、予算の範囲内において支援する。

8 京都市中学校体育連盟主催大会への参加

- (1) 団体種目
ア 『京都市中学校体育連盟主催大会における「合同チーム」参加要領』並びに種目大会要綱の定めに従うものとする。（拠点校がそのままチームとして参加することは出来ない）
イ 大会への引率は、連絡責任者、拠点校顧問、京都市中学校体育連盟専門部が協議し、決定するものとする。
- (2) 個人種目
ア 当該生徒の在籍校において、学校長承認のうえ、大会に参加することとする。
イ 大会への引率は、連絡責任者、京都市中学校体育連盟専門部が協議し、決定するものとする。

9 その他

この要領に定めのない事項については、必要に応じて体育健康教育室長が定めるものとする。

附 則 この要領は、平成13年4月2日から実施する。

附 則 改訂後の要領は、決定日から実施する。（平成16年4月1日決定）

運動部活動総合推進事業「合同部活動」実施要領

1 目的

京都市立中学校における運動部活動の活性化を図るため、近隣の複数校が主体的に連携し、かつ、計画的な「合同部活動」を実施することにより、生徒の部活動に対する活動意欲を高めていくことを目的とする。

2 実施対象

- 教育委員会は、次の(1)～(5)の条件に該当すると認められる運動部から、実施校を決定する。
- (1) 生徒、保護者、顧問及び学校長が、合同部活動の実施を希望していること。
 - (2) 原則として、顧問引率の下、短時間で学校間の移動が可能な近隣校同士であること。
 - (3) 実施を希望する学校に、それぞれ部が設置されていること。
 - (4) 部員数が少ないためにチームが組めない、もしくは、一校単独では十分な活動ができない等の理由があること（一方の学校がこの条件でも可）。
 - (5) 競技力が高い生徒のみを集め、強力チームを編成することを目的とするものでないこと。

3 実施申請

校長は、当該運動部が、前記の事業目的及び実施対象に該当し、他校と合同部活動を実施することを希望する場合、相手校と調整のうえ、「合同部活動実施申請書」（様式1）を教育委員会に提出することとする。

4 実施決定

教育委員会は、申請があったときには、これを審査し、実施の適否を通知するものとする。

5 実施上の留意事項等

- (1) 参加について
合同部活動に参加する生徒には顧問から、保護者には顧問及び学校長から、何らかの形で連絡・説明するものとする。
- (2) 教育計画への配慮について
実施校の学校長は、合同部活動の実施前に、両校の教育計画に支障をきたさないよう配慮する。
- (3) 練習計画書の作成について
実施校は、実施に当たり、練習計画書（様式2）を作成するものとし、当該計画に基づいて合同部活動を行うものとする。また、当該計画を変更する必要が生じた場合は、直ちに実施校双方で調整を図り、学校長の承認を得たうえで変更するものとする。
- (4) 実施校の連絡責任者について
実施校は、あらかじめ連絡責任者を決めておくものとする。
- (5) 参加生徒の移動方法等について
ア 合同部活動に参加する生徒が自校から、相手校もしくは活動場所までの移動に際しては、顧問の引率を要するものとする。ただし、実施校の校長が、場所・距離・実施時間・生徒の発達段階などの実態等を考慮し、出発から解散まで、実施校における部活動運営規定に基づいて、適切な指示や指導がなされていると判断した場合に限り、顧問の引率を要しないものとすることができる。
イ 活動場所までの生徒の移動方法は、原則として、徒歩とする。
ウ 実施校は、あらかじめ安全計画書（様式3）を策定しておくものとする。

- (6) 参加生徒の活動等について
ア 参加生徒は、実施校の部活動運営規定に従って活動するものとする。
イ 実施校の顧問及び連絡責任者は、相互に緊密に連絡を取り合い、十分な連携を図るものとする。
ウ 合同部活動の練習方法等の連絡や参加・不参加等の確認は、双方の連絡責任者が行うものとする。
- (7) 活動の記録について
実施校は、記録日誌（様式4）により、合同部活動の実施状況を記録するものとする。

6 事故処理等

合同部活動の実施に伴う事故処理については、実施校及び教育委員会が責任をもつものとし、次により行うものとする。

- (1) 生徒の活動場所への移動中の事故については、当該生徒の所属校が事故処理を行うものとする。
- (2) 生徒の活動場所での活動中の事故については、双方の実施校が協力して事故処理を行うものとする。
- (3) 生徒の活動場所から自宅への移動中の事故については、双方の実施校が協力して事故処理を行うものとする。
- (4) 生徒の前記事故に係わる事故報告については、当該生徒の所属校が作成し、教育委員会に提出するものとする。なお、「事故報告書」の作成に際しては、双方の実施校が協力してこれを行うものとする。
- (5) 独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付手続きは、当該生徒の所属校が行うものとする。

7 合同部活動実施に伴う教育委員会の支援

教育委員会は、本実施要領に基づく合同部活動が学校間で円滑に実施できるよう、予算の範囲内において支援する。

8 実施に伴う書類

合同部活動実施に伴う必要書類は次のとおりとする。

- (1) 実 施 申 請 書（様式1）
- (2) 練 習 計 画 書（様式2）
- (3) 安 全 計 画 書（様式3）
- (4) 記 録 日 誌（様式4）

9 その他

この要領に定めのない事項については、必要に応じて体育健康教育室長が定めるものとする。

附 則 この要領は、平成11年4月1日から実施する。

附 則 改正後の要領は、決定日から実施する。（平成12年2月28日決定）

附 則 改正後の要領は、決定日から実施する。（平成16年4月1日決定）

（Y 9 0 2 A 1 9）
平成 2 8 年 3 月 1 1 日

京都市立学校長様

京 都 市 教 育 長
（担当：教職員人事課）

教職員と児童生徒間の携帯電話等の使用について

過日公表された文部科学省の「平成 2 6 年度公立学校教職員の人事行政状況調査」において、わいせつ行為等により懲戒処分を受けた者が、2 年連続で 2 0 0 人を超え、その傾向として、児童生徒や同僚教職員に不適切な内容を含んだ電子メールの送信など文書・画像等による性的いやがらせの増加がみられるとの結果が出ており、教職員の携帯電話等の使用につきましては一層厳格な取扱いが求められます。

本市におきましては、既に平成 2 6 年 1 2 月に校園長会と教育委員会各課の代表からなる「コンプライアンス推進プロジェクト」を立ち上げ、学校と教育委員会が一元となって取り組んでいるところです。

このコンプライアンス推進プロジェクトでの議論もふまえ、改めて下記の点について周知徹底を図っていただくとともに、平成 2 8 年度から、やむを得ない事情等により児童生徒の携帯電話等に連絡をとる必要がある場合には、「児童生徒連絡先取得届出書」により管理いただくこととしますので、よろしくお願いいたします。

なお、本通知において「携帯電話等」にはスマートフォンを含むものとするとともに、電話連絡のほか、LINE、Facebook、twitter などの SNS（ソーシャル・ネットワーキング・サービス）による連絡を含むものとします。

記

1 児童生徒への連絡についての原則

- （1）学校外にいる児童生徒へ電話で連絡をとる必要があるときは、学校の電話を使用して保護者を通して行うこと
- （2）児童生徒の携帯電話等の番号やメールアドレス等を取得しないこと
- （3）教職員の携帯電話等の番号やメールアドレス等を安易に児童生徒に教えないこと

2 生徒指導上特に配慮を必要とする場合や、校外活動における緊急連絡等、やむを得ない事情があり、教職員が児童生徒の携帯電話等に連絡をとる必要がある場合について

- （1）平成 2 8 年度から、児童生徒の個人連絡先を把握する場合は、「児童生徒個人連絡先取得届出書」（別紙様式）により、連絡を取る必要がある教職員が校長に事前に届け出ること
 - ・この届出は、毎年度行うこと
 - ・やむを得ない事情があつて事前に届け出ることが出来ない場合は、事後に速やかに届け出ること
- （2）児童生徒の個人連絡先を把握する際に、保護者の了解を得ること
- （3）保護者を通じた連絡等を優先し、児童生徒の個人連絡先の使用は最小限にとどめること
- （4）その他、次の事項についても留意すること
 - ・私用の連絡は絶対にしないこと
 - ・取得した個人連絡先は厳重に管理（施錠やパスワードの設定等）すること
 - ・児童生徒全員が携帯電話を所有していることを前提とした連絡体制としないこと、とりわけ、小・中・総合支援学校については、平成 2 2 年 1 月 2 7 日付け生徒指導課長通知「教職員の携帯電話の取扱いについて」において、教職員が「児童生徒の携帯電話にメール等で連絡することは、児童生徒の携帯電話の安易な所持や携帯電話への依存性を助長することに」つながりかねないとされていることにも留意すること
 - ・児童生徒の転校、卒業や教職員の人事異動等により連絡が不要となった場合には、速やかに電話番号やメールアドレス等を削除すること、また、児童生徒の携帯電話等に保存された教職員の電話番号やメールアドレス等についても、不要となった場合は削除するよう伝えること
 - ・人事異動に際して、離任校の児童生徒と携帯電話の番号やメールアドレス等の交換をしないこと
 - ・児童生徒個人連絡先使用届出書は、（Y 9 0 4 B 2 5）「生徒指導に関する文書」として保存すること（1 年保存）

※ なお、平成 1 9 年 7 月「スクール・セクハラ防止に向けて」（別紙 1）（教職員人事課のホームページに掲載）も併せて御確認頂き、趣旨の徹底に努めてください。

また、小・中・総合支援学校におかれましては、平成 2 2 年 1 月 2 7 日付生徒指導課長通知「教職員の携帯電話の取扱いについて」（別紙 2）も御確認ください。

別紙

【参考資料】

- 学校における体育活動中の事故防止について(報告書)〔文部科学省〕
http://www.mext.go.jp/a_menu/sports/jyuiitsu/1323968.htm
- 学校における体育活動中の事故防止のための映像資料〔文部科学省〕
<https://www.youtube.com/playlist?list=PLGgsGZ3ImbZpfblZpdamkulGAZsFlIsX>
- 体育活動における熱中症予防 調査研究報告書〔(独)日本スポーツ振興センター〕
- 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〕
<http://www.jpnsport.go.jp/anzen/kankobutuichiran/tabid/467/Default.aspx>
- 学校でのスポーツ事故を防ぐために(報告書)〔(独)日本スポーツ振興センター〕
https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_konkyu/tabid/1808/Default.aspx
- 教材カード(熱中症関係)〔(独)日本スポーツ振興センター〕
http://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/card/tabid/519/Default.aspx

運動部活動の指導について

平成 2 5 年 4 月 1 日
京都市中学校体育連盟

1. 部活動の教育的意義

＜学習指導要領における位置づけ＞

小学校では、第 4 学年以上でクラブ活動が必修になっているが、これは学習指導要領に定めがあり、特別活動の一領域とされているためである。他方、中学校では平成 1 0 年、高等学校では平成 1 1 年改訂（実施は、それぞれ平成 1 4 年、1 5 年）の学習指導要領で必修のクラブ活動は廃止され、現在では各学校の実態に応じ、課外活動の一環として部活動が行われている。

平成 2 4 年度から実施が予定されている新中学校学習指導要領の総則第 4 の 2 (13) には、部活動の意義や留意点について、＜生徒の自主的、自発的な参加により行われる部活動については、スポーツや文化及び科学等に親しませ、学習意欲の向上や責任感、連帯感の涵養等に資するものであり、学校教育の一環として、教育課程との関連が図られるよう留意すること。＞と規定されている。同じことが、平成 2 5 年度から実施が予定されている新高等学校学習指導要領の総則第 5 款の 5 (13) にも記載されている。

学習指導要領における部活動の位置付けについては、中学・高校ともに、平成元年の学習指導要領改訂までは、特別活動の内容として週 1 回行う「クラブ活動」が位置付けられていた。また、同年の改訂で、中学・高校ともに、「クラブ活動」の時間を授業に組み込まなくても教育課程外活動の部活動をもって代替できることになった（「部活動代替措置」）。

その後、平成 1 0 年改訂の中学校学習指導要領、平成 1 1 年改訂の高等学校学習指導要領でクラブ活動が廃止された背景としては、従前の部活動代替制度によって部活動が盛んになってきたことや、地域の青少年団体やスポーツクラブなどに参加する生徒が増えてきたことが挙げられている。

＜部活動の教育的意義＞

部活動は、学校教育の一環として取り組まれ、共通のスポーツや文化及び科学等に興味・関心をもつ生徒が集い、その能力・適正、興味・関心に応じた活動を通じて、より高い技能や知識の習得を目標に継続して努力し、充実感や達成感を味わうなど、生徒が豊かな学校生活を送るうえで大きな意義をもっている。

また、部活動は、生徒が授業や学級・学年の枠を超えて、共通の目標を掲げた集団が切磋琢磨する中で、顧問教諭との人間関係や、同学年の仲間との、あるいは先輩・後輩の縦の人間関係を学ぶなど、自主性、協調性、責任感、連帯感などが養われ、人間関係や社会的資質を培うために重要な活動となっている。

さらに、部活動は、生涯にわたってスポーツや文化及び科学等に親しむ能力や態度を育むとともに、生徒の健やかな体と豊かな心を育て、家庭や地域とのつながりを強め、また、学校の伝統や特色づくり、愛校心の高揚に寄与するなど、学校経営の視点からも大きな意義をもっている。

運動部活動は、学校教育活動の一環として、スポーツに興味と関心を持つ同好の児童生徒が、教員等の指導の下に、自発的・自主的にスポーツを行うものであり、より高い水準の技能や記録に挑戦する中で、スポーツの楽しさや喜びを味わい、学校生活に豊かさをもたらす意義を有している。

また、運動部活動は児童生徒が体育の授業で体験し、興味・関心を持った運動を更に深く体験するとともに、授業で身に付けた技能等を発展・充実させることができるものであり、逆に、部活動での成果を体育の授業で生かし、他の生徒にも広めていくこともできるものである。さらに、運動部活動は、自主的に自分の好きな運動に参加することにより、体育の授業に加えて、スポーツに生涯親しむ能力や態度を育てる効果を有しており、あわせて、体力の向上や健康の増進を一層図るものである。その上、学級や学年を離れて生徒が活動を組織し展開することにより、生徒の自主性、協調性、責任感、連帯感などを育成し、仲間や教師(顧問)と密接に触れ合う場としても大きな意義を有するものである。

＜平成 10 年 10 月 30 日 文部科学省「我が国の文教施策」より

2. 部活動のあり方

運動部活動は多くの効果が期待できる活動であるが、反面、様々な問題点も指摘されているため、適切な対応を図りながら、生徒の生活全体の調和が保たれるよう、配慮して行う事が大切である。

指導に当たっては、部活動の意義を十分に理解し、技術指導のみに終わらず、調和の取れた人間形成を目指した指導が肝要である。保護者はもとより広く市民から部活動に対する期待が高まる中で勝利至上主義、選手育成のみに走り過ぎると、逆に指導者や学校に対し批判が集中する結果となる。

★運動部活動における課題

○ 勝利至上主義に陥りがちな活動

運動部活動において、個々の生徒が今以上の技能や記録に挑戦することは自然な事であるが、大会に勝つことのみを重視しすぎるあまり、過度な練習を強いら、生徒の生活や成長に支障を来している場合がある。このことは、本来楽しいはずのスポーツ活動から遠ざかる誘因にもなり、「生涯スポーツの推進」の観点からも好ましい事ではない。

○ 行きすぎた活動

長時間、長期間にわたる、行きすぎた活動は、生徒の心身に疲労を蓄積し、スポーツ傷害の要因となるばかりでなく、過度な練習等で心身ともに燃え尽き、その後のスポーツ活動を敬遠するようになることも考えられる。(燃え尽き症候群) さらに、生徒のバランスのとれた生活や成長を考えたとき、運動部活動に極端に偏る事は望ましいことではない。

○ 発育・発達の特性を考慮しない非科学的な活動

生徒の発育・発達の特性を無視したハードで単調なトレーニングを繰り返すだけの非科学的な練習等のやり過ぎは、様々なスポーツ傷害の要因になるとともに、精神的な問題を引き起こすことにもなりかねない。傷害は、本来の運動部活動の目的を損なうものであり、指導者は、発育・発達特性を考慮するとともに、科学的根拠に基づいた練習方法等を工夫することが大切である。

○ 家庭や地域との連携

これからの学校は、今まで以上に、家庭や地域社会とともに子どもたちを育む「開かれた学校」となることが必要である。運動部活動についても、顧問は、保護者や地域の人々の意見を十分に聞く努力を払うことが望まれる。このような取り組みにより、運動部活動について、家庭や地域の人々の理解や協力が一層期待され、より充実した運動部活動の推進につながる。

「京都市中学校体育連盟主催大会における引率者に対する特例」

京都市中学校体育連盟

京都市中学校体育連盟の主催する大会は、中学校教育の一環として位置づけ、京都市内中学生に広くスポーツを普及させるとともに、健全な中学校生徒を育成することを目的としている。このことから、生徒の大会参加に伴う引率については、当該校教員であることを原則とするが、校長がやむを得ないと判断した場合に限り、以下の規定に基づき当該校教員以外（以下引率外部指導者とする）の引率による大会参加を認める。

1. 引率外部指導者の規定

- (1) 当該校長が認めた成人であり、日頃から指導に当たっている者であること。また、事前に校長との間で、外部指導者としての契約がなされていること。
- (2) 専門部から要請があるときは、大会競技役員として大会運営に協力すること。また、専門部によってはそのための資格を必要とする場合もある。
- (3) 各大会申し込み用紙の引率外部指導者欄に必要事項を記入すること。
- (4) 規定違反、不適切な言動等があったときには、不適格者として会長または専門部長から当該校の校長に連絡し、資格を取り消す。この場合、参加生徒も失格となる場合がある。
- (5) この規定以外のことは、大会要項及び専門部の定める規定の通りとする。

2. 引率外部指導者の引率を認める種目は、以下の通りとする。

- | | | |
|------------------|-------------|----------|
| ・陸上競技（リレー・駅伝を除く） | ・水泳（リレーを除く） | ・卓球（個人） |
| ・ソフトテニス（個人） | ・バドミントン（個人） | ・柔道（個人） |
| ・体操、新体操（個人） | ・剣道（個人） | ・相撲（個人） |
| ・スキー（リレーを除く） | ・スケート（個人） | ・テニス（個人） |

3. 引率外部指導者には、監督の資格を認めない。

- (1) このときの監督は、他校の教員とする。当該校の校長は、監督を引き受けようとする教員の所属する学校長に文書で依頼し、市専門部の承認を受けること。
- (2) 引率外部指導者による競技上の抗議は、一切受け付けない。ただし、質問事項については、校長が依頼した監督を通して行うことができる。

4. 生徒の大会出場にかかわる責任は、法令に基づき校長が負う。

5. 引率上の留意点及び大会会場においての留意点。

- (1) 学校に該当の部が設置されていない場合、参加生徒は独立行政法人日本スポーツ振興センターの災害共済給付対象とならない場合があるので、任意の保険に加入することが望ましい。
- (2) 引率にあたっては、公の交通機関を利用すること。
- (3) 引率外部指導者は、引率上の必要事項について事前に当該校の校長と十分協議し、引率に必要な事項を引率生徒に指導すること。
- (4) 専門部が定める規定を順守し、責任ある行動をとること。特に引率者としてふさわしくないと大会本部が判断した場合は、退場を命じる。

6. 他校教員による引率については、【1.（1）】及び【5.（1）】を適用しない。

7. 本特例は、平成16年4月1日より実施する。

「京都市中学校各種体育大会における複数校合同チーム参加規定について」

京都市中学校体育連盟

京都市中学校体育連盟の主催する京都市中学校各種体育大会に、部員数が少ないため単独でチーム編成が出来ない中学校（運動部）に対し、大会参加のための救済措置として以下のとおり規定を設ける。合同チームはあくまでも救済措置であり、勝利至上主義のためのチーム編成であってはならない。

1 各学校の部活動として位置づけられ、学校教育計画に基づいて活動していること。また、合同チームは、大会に向けて合同チームとしての練習会等を実施するとともに、事前に合同チームとしての登録手続きをすること。

2 合同チームの各校は、京都市中学校体育連盟の加盟校であること。

3 合同チームの大会参加を認めるのは、以下の競技とし、規定の人数を下回った場合のみ合同チームを編成することができる。ただし、2校による合同チームは認めるが、3校以上のチーム編成は認めない。（2校により合同チームが組めない場合は、この限りでない）なお、個人戦の実施される競技の団体戦（陸上競技、水泳、スキーのリレーを含む）は対象外とする。

- | | | | |
|-----------|------------|------------|-----------------|
| ・軟式野球（9） | ・ソフトボール（9） | ・バレーボール（6） | ・バスケットボール（5） |
| ・サッカー（11） | ・バドミントン（7） | ・ホッケー（6） | ・ラグビーフットボール（12） |

*各競技の（ ）内は、規定人数を示す。

4 市大会予選としてのブロック大会から、合同チームとして参加していること。また、原則として同一行政区内による合同チームとするが、地理的な条件等から同一行政区以外のチームと合同チームを編成する場合もある。この場合、参加するブロック大会は、代表校の所属するブロックとする。

5 チーム登録は、大会競技別抽選会の2週間前までに代表校が行うこと。このとき、当該校長の承認書の写し及び登録時の部員名簿等、部員数が規定数以下であることを証明するものを添付すること。

6 登録チーム名は、校名連記とし、代表校を頭に置くこと。

7 参加申し込み手続きは、代表校の学校長より行う。

8 合同チームの監督は、参加校監督どちらか1名とする。引率者は、それぞれの出場校の校長・教員であること。

9 本参加規定は、平成23年6月15日より実施する。

「スポーツ事故防止ハンドブック」(平成27年3月 日本スポーツ振興センター)

日本スポーツ振興センターのホームページからデータをダウンロードし、下記のとおり作成してご活用ください。
https://www.jpnsport.go.jp/anzen/Portals/0/anzen/anzen_school/handbook.pdf

- PDFを下記のようにA4用紙に両面印刷で出力して下さい。
 印刷の設定を「ふちなし全面印刷」にするときれいに印刷ができます。
 ※両面印刷ができない場合は、下記の組み合わせで背中合わせにのりなどで貼り合わせて下さい。
 印刷の設定を「用紙サイズに合わせる」で出力して、余白を切り落として作ることもできます。



「ふちなし全面印刷」ができなかったとき、ふちを切る。



両面印刷できなかったとき、上のとおり背中合わせに貼る。



- 中央にある切り取り線にそってそれぞれふたつに切り離して下さい。

切り取り線



- 切り離れたパーツをそれぞれ山折り線または谷折り線にしたがってふたつに折って下さい。

山折り線
谷折り線



- 折ったパーツをページ順になるように重ね、表紙・裏表紙にあるホチキスガイドの位置を目安に、ホチキスで綴じて下さい。

6つのパーツをページ順になるよう重ねて・・・



ホチキスガイドを目安に綴じて下さい。



突然死を防ぐための10カ条

ある日突然、元気に楽しく過ごしていた子どもが倒れ、死亡する不幸な事例は、毎年、相当数発生している。しかも、その中には、日常の健康観察において、何も異常が発見されていないにもかかわらず、死に至るものもある。

突然死には、基礎にその可能性がある事が予想されているが避けられず発生してしまった場合と、可能性も明らかな前兆も不明であったものがあるが、原因の多くは心臓系の疾患と中枢神経系と呼ばれる脳の疾患による。

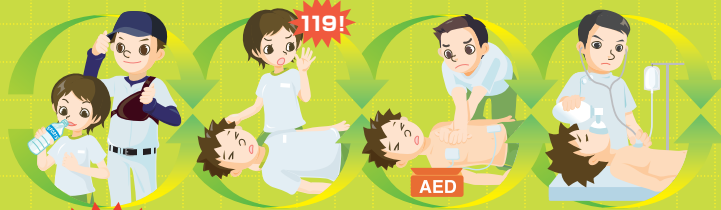
突然死の可能性のある基礎疾患が判っているものについては、学校で子どもの健康診断の結果を把握し、家庭や主治医等と連絡をとり合って体調についての情報を十分に得ることや、日常生活における健康観察についても徹底を図る必要がある。

特に、心臓系疾患などの健康上の異常が発見された子どもについては、主治医及び学校医と連携をとり、学校生活の適切な管理及び指導に当たらなければならない。また、子どもが健康で安全な学校生活を送るためには、幼稚園、保育所、小学校、中学校及び高等学校等の校種間の連携も重要である。



04

スポーツ事故防止 ハンドブック



その時
どうする？

- 突然死 » 2 ページ
- 頭頸部外傷 » 6 ページ
- 熱中症 » 10 ページ
- 歯の外傷 » 14 ページ
- 眼の外傷 » 16 ページ

学校名

担当

独立行政法人日本スポーツ振興センター

JAPAN SPORT
COUNCIL

頭頸部外傷対応の10か条

頭頸部外傷防止に向けた体育活動の安全教育には、「安全指導」の側面があり、相互の連携を図りながら計画的、継続的に行うこと。また、活動場面や運動種目の特性により安全対策を講じることが必要である。

これらを効果的に進めるには、教職員の研修、児童生徒を含めた校内の協力体制や家庭および地域社会との連携を深め、組織活動を円滑に進めることが重要である。



教師のための頭頸部外傷対応の10か条

体育活動における基本的注意事項

- 1 児童生徒の発達段階や技能・体力の程度に応じて、指導計画や活動計画を定める。
- 2 体調が悪いときには、無理をしない、させない。
- 3 健康観察を十分に行う。
- 4 施設・設備・用具等について継続的・計画的に安全点検を行い、正しく使用する。

08

突然死を防ぐための10カ条

基本的な注意事項

- 1 学校心臓検診（健康診断）と事後措置を確実にを行う
- 2 健康観察、健康相談を十分に行う
- 3 健康教育を充実し、体調が悪いときには、無理をしない、させない
- 4 運動時には、準備運動・整理運動を十分に行う

疾患のある（疑いのある）子どもに対する注意事項

- 5 必要に応じた検査の受診、正しい治療、生活管理、経過観察を行う
- 6 学校生活管理指導表の指導区分を遵守し、それを守る
- 7 自己の病態を正しく理解する、理解させる
- 8 学校、家庭、主治医間で健康状態の情報を交換する

その他、日頃からの心がけ

- 9 救急に対する体制を整備し、充実する
- 10 AEDの使用法を含む心肺蘇生法を教職員と生徒全員が習得する

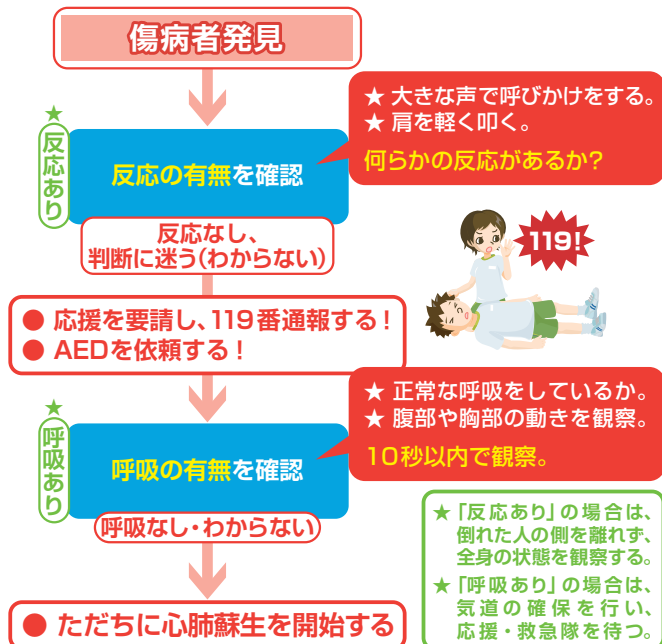
05

心停止に対する応急手当

突然死に至る顕著な兆候である心停止状態は、学校においては運動時、校内活動時等に突発するが、この状態にある者の応急手当は、初めの2～3分間にとられる行動がその者の救命を決定するので、落ち着いて応急手当の手順を速やかに開始する。

迅速な通報と心停止の認識

初めの2～3分間にとる行動が、その者の救命を決定する！



迅速な心肺蘇生とAEDによる電気ショック

胸骨圧迫 → 気道確保 → 人工呼吸 の手順で！

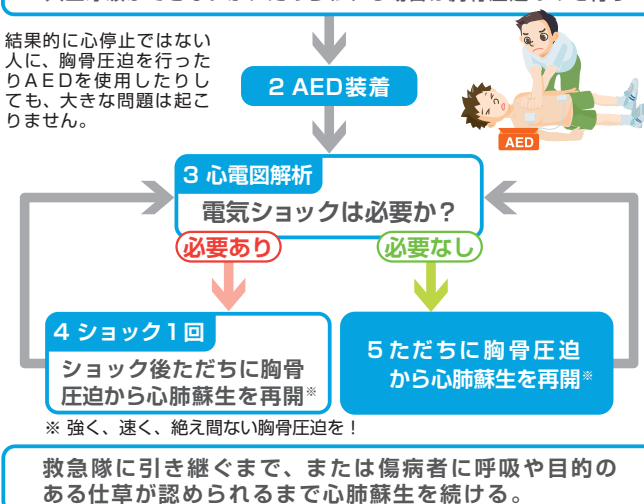
※水の事故（溺水）では、気道確保と人工呼吸を優先してください。

● 強く、速く、絶え間ない胸骨圧迫を！ ● すぐにAEDを装着しよう！

1 心肺蘇生

- ただちに胸骨圧迫を開始する
 - 強く（成人は少なくとも5cm、小児は胸の厚さの約1/3）
 - 速く（少なくとも100回/分）
 - 絶え間なく（中断を最少にする）
- 人工呼吸ができる場合は30：2で胸骨圧迫に人工呼吸を加える
人工呼吸ができないか、ためられる場合は胸骨圧迫のみを行う

結果的に心停止ではない人に、胸骨圧迫を行ったりAEDを使用したりしても、大きな問題は起こりません。

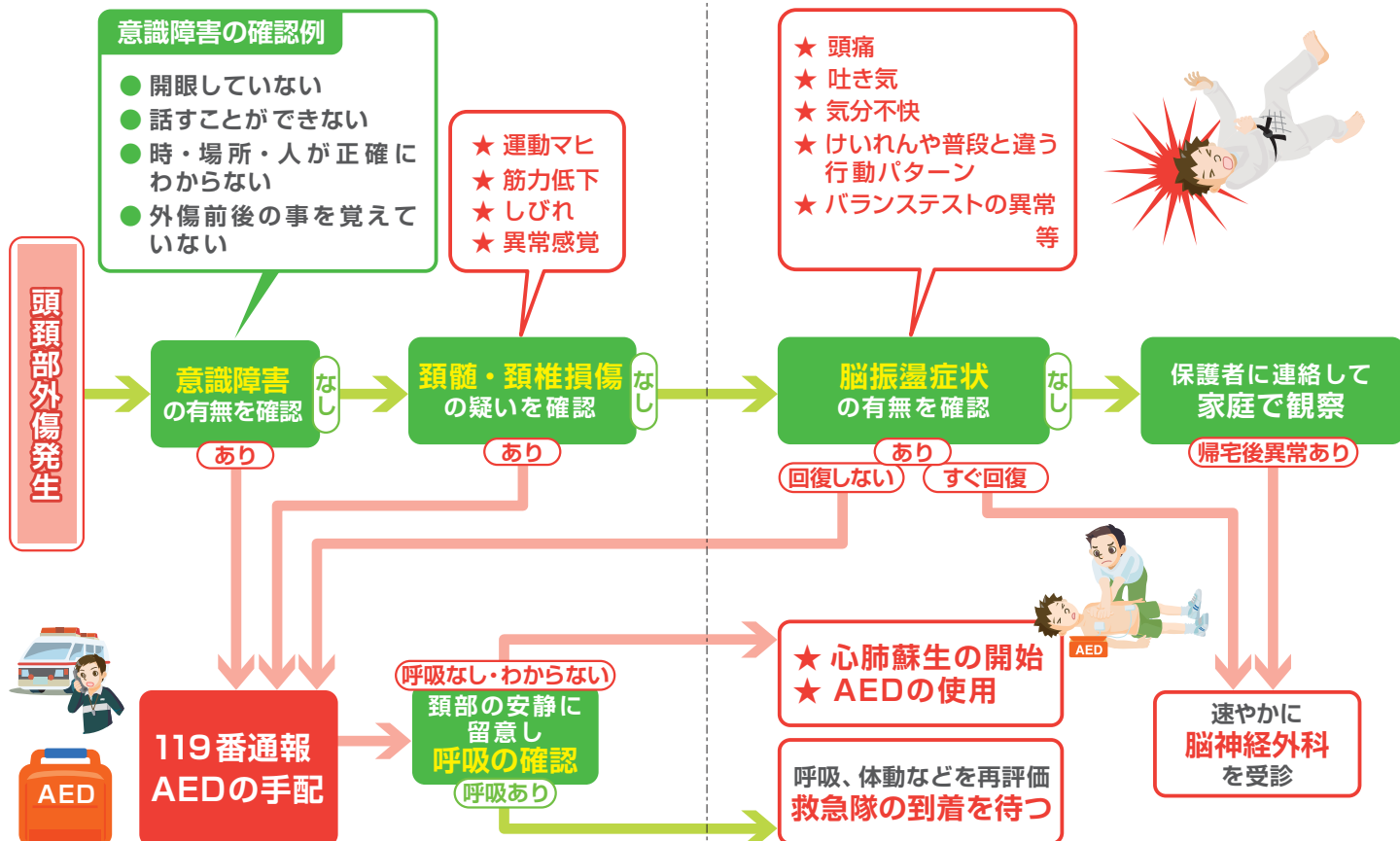


日本蘇生協議会（JRC）と日本救急医療財団で構成するガイドライン制作合同委員会が作成した救急蘇生のためのガイドライン2010、さいたま市教育委員会作成平成24年度版体育活動時における事故対応テキスト～ASUKAモデル～を参考にしました。

02

03

頭頸部外傷事故発生時の対応フローチャート



06

07

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ようにし、休憩を頻繁に入れ、こまめに水分を補給する。WBGT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わかる。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

肥満傾向の者、体力の低い者、暑さに慣れていない者は運動を軽減する。特に肥満傾向の者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者は暑い中で無理に運動をしない、させない。

4 服装に気をつけること

服装は軽装とし、吸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

！頭頸部外傷を受けた(疑いのある)児童生徒に対する注意事項

- 意識障害は脳損傷の程度を示す重要な症状であり、意識状態を見極めて、対応することが重要である。^{※1 ※2 ※3}
- 頭部を打っていないからといって安心はできない。意識が回復したからといって安心はできない。^{※4 ※5}
- 頸髄・頸椎損傷が疑われた場合は動かさないで速やかに救急車を要請する。
- 練習、試合への復帰は慎重に。^{※6}

！その他、日頃からの心がけ

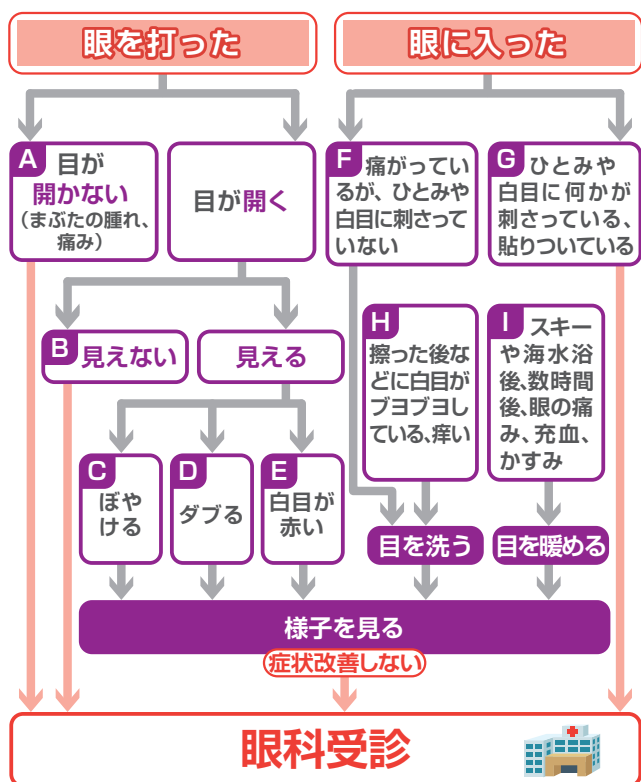
- 救急に対する体制を整備し、充実する
- 安全教育や組織活動を充実し教職員や生徒が事故の発生要因や発生メカニズムなどを正確に把握し、適切に対応できるようにする。

- ※1 まったく応答がないときも、話し方や動作、表情が普段と違うときも、意識の障害である。
- ※2 意識障害が続く場合はもちろん、意識を一時失ったり、外傷前後の記憶がはっきりしない、頭痛、はきけ、嘔吐、めまい、手足のしびれや力が入らないなどの症状があれば、脳神経外科専門医の診察を受ける必要がある。
- ※3 頭の怪我は、時間が経つと症状が変化し、目を離しているうちに重症となることがある。外傷後、少なくとも24時間は観察し、患者を1人きりにしてはならない。
- ※4 脳の損傷は、頭が揺さぶられるだけで発生することがある。
- ※5 意識が回復したあと、出血などの重大な損傷が起きている場合もある。
- ※6 繰り返し頭部に衝撃を受けると、重大な脳損傷が起ることがある。スポーツへの復帰は慎重にし、必要に応じて脳神経外科専門医の判断を仰ぐ。

12

眼の外傷対応フローと解説

スポーツ眼外傷は眼の打撲と異物が最も多い。ボール、シャトル、肘や手の接触あるいは転んで眼を打った時に何と言っても重要なのは、**目が開くか？見えるか？**である。



09

WBGT【湿球黒球温度】とは

○ 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

(計算方法)

■ 屋外で日射のある場合

$$WBGT = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.2 \times \text{黒球温度} + 0.1 \times \text{乾球温度}$$

※現在、WBGTを簡便に測定できる指標計があります。

■ 室内で日射のない場合

$$WBGT = 0.7 \times \text{湿球温度} + 0.3 \times \text{黒球温度}$$

熱中症予防運動指針

WBGT℃	湿球温度℃	乾球温度℃	運動は原則中止	
31	▲	▲	WBGT31℃以上では、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。	
28	▲	▲	WBGT28℃以上では、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。運動する場合には、頻繁に休憩をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動中止。	
25	▲	▲	WBGT25℃以上では、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。	
21	▲	▲	WBGT21℃以上では、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。	
18	▲	▲	WBGT18℃未満では、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。	

- 環境条件の評価にはWBGTが望ましい。
- 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。

※「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック(公益財団法人日本体育協会)平成25年4月改訂」

16

13

熱中症対応フロー

熱中症を疑う症状

- ★ 四肢や腹部のけいれん（つる）と筋肉痛が起きる。
- ★ 全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛などが起きる。
- ★ 頻脈、顔面蒼白となる。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

質問をして応答をみる

- ここはどこ？
- 名前は？
- 今何をしてる？

意識障害を確認

あり

- ★ 応答が鈍い
- ★ 言動がおかしい
- ★ 意識がない 等

119番通報 応急手当

★★ 涼しい場所へ避難
★ 衣服をゆるめて寝かせる

水分塩分を補給する

- 水分と塩分（スポーツドリンクや経口補水液など）を補給する
- 熱けいれんの場合は生理食塩水（0.9%）などの濃いめの食塩水を補給する



症状改善した
症状改善しない

経過観察

病院へ！

体を冷やししながら、設備や治療スタッフが整った集中治療のできる病院へ一刻も早く搬送する。

できる

水分摂取 ができるか確認

できない

脱衣と冷却

※迅速に体温を下げることであれば、救命率は上がる。

救急車到着までの間、積極的に体を冷やす。

- ★ 水をかけたり、濡れタオルを当てて扇ぐ。



One Point

氷やアイスパックがあれば、頸部、脇の下、足の付け根などの大きい血管を冷やすのもよい！

10

11

歯・口のけがを防ぐために

！応急処置のポイント

- 1 抜けたり、破折した時は、その歯を捜して乾燥させないように歯の保存液に浸す。

注意！

歯の保存液は、歯や歯根膜の乾燥を防ぎ、再植に必要な歯根膜細胞を守るために使用します。

歯が抜けた時、歯の保存液がなかったら、歯根膜細胞が浸透圧で変性しないように冷たい牛乳でも代用は可能です。しかし、学校では歯の保存液を保健室などに常備しておくことをお勧めします。



- 2 口をぬるま湯で軽くすすぎ、汚れや血を流す。

- 3 『歯の保存液につけた歯』を持って歯科医院へ！

注意！

けがをした直後は何となくとも、歯髄内の出血や血液の循環障害で歯髄が壊死して歯が変色し、黒ずんでくる場合があります。最初何でもないと感じても、歯の変色に気づいたら早めに受診をしてください。



14

歯・口のけがを防ぐための10か条

！日頃からの管理と指導

- 1 朝、授業や活動の途中・前後に、健康観察をしましょう
- 2 食事、運動、休養・睡眠の調和の取れた生活と敏捷性と調整能力などの基礎的な体力づくりに努めましょう
- 3 施設・設備や用具、教室や運動場などの安全点検を行い、環境を安全に整えましょう
- 4 活動場所や内容、運動種目などに応じた安全対策をしましょう
- 5 危険な行動を見つけたら、改善のための指導をしましょう
- 6 安全な活動や用具等の使用に関するルールを決め、お互いを守るようにさせましょう

！危険を予測・回避するために

- 7 事故の事例や「ひやり・はっと」した場面などを題材に、危険予測・回避の学習をしましょう
- 8 体の接触、ボールやバット・ラケット等に当たることが多い運動では、マウスガードの着用も検討しましょう

！けがをしてしまったら

- 9 けがをしたところを清潔にし、応急手当をしましょう
- 10 抜けた（欠けた）歯を拾って、速やかに歯科医を受診しましょう

15

！左ページの解説

- A** **目が開かない場合**はまぶたの眼瞼裂傷や皮下出血、顔面骨折などが考えられるが、眼球の状態が把握できないため重大かもしれないと判断すべきである。もし眼球裂傷があると眼内組織が脱出する可能性があるため、無理に目を開けさせず救急搬送する。鼻を強くかんだり、力むとまぶたの腫れが更にひどくなることがある。
- B** **目が開くが見えないときは**重大と判断する。眼球裂傷、眼内出血、虹彩炎、黄斑円孔、視神経管骨折などが考えられ、数時間放置すると失明する可能性が高くなるので急いで救急搬送するべきである。
それ以外の、“とりあえず目が開いて見えている”状態ならば慌てなくてよい。
- C** **ぼやけることは**角膜の傷、軽い虹彩炎などで起こりうる。元に戻るかどうか数分様子を見てよい。
- D** **見えているがダブる**状況は眼窩壁骨折部に周辺部組織がはまり込み起こることがあるが、治療は一刻を争うものではないため、翌日眼科受診でもよい。一時的な調節不全などでぼやける、ダブることもあり、しばらく様子を見て元に戻るならプレー続行可能である。ただ、気分不快や吐き気などがあれば急激な眼圧上昇、頭部打撲を伴っていることがあるので、急いで救急搬送するべきである。
- E** **白目に血の色が拡がる**球結膜出血は表面の血管が一部切れたためであり、打撲では比較的ありふれている。わずかな異物感のみならプレー続行可能であるが広範囲だったり痛みが強ければ眼科受診を指導する。
- F** **痛まっている眼**に入ったゴミは涙で流れでることもあるが、取れなければ水で（無ければ飲める液体で）洗い流す。擦ると眼にはまり込むことがあるので、擦らないように指導する。消毒液などが入った場合は急いで水で良く洗う。
- G** **明らかにひとみや白目に刺さったり貼りついている場合は**裂傷の疑いもあり、無理に引き抜くと眼球内容が脱出する可能性があるため、そのまま救急搬送する。刺さったと思われるものの残りがあれば持参する。
- H** 痒みがあり擦った後白目が腫れてゼリーのように**ブヨブヨする状況**は急性のアレルギー反応である。抗原を洗い流すため眼の周りを含めて洗い、冷やせば軽快する。
- I** **紫外線が強い場所**（スキー場、海水浴場、高山など）でプレー後数時間して急激に充血や痛み、かすみが起こる場合は電気性眼炎、俗に“ゆきめ”である。目を閉じて暖めると痛みが減る。通常一晩で治るので慌てなくてよい。
ここに述べない症状も含め、いずれの状況であってもしばらく様子を見て改善が無いならば速やかな眼科受診が望ましい。

平成26年度 文部科学省委託事業 スポーツ事故防止対策推進事業

平成27年3月

事業実施：スポーツ事故防止対策協議会

編集・発行：独立行政法人日本スポーツ振興センター
学校安全部

TEL：03-5410-9154

URL：<http://www.jpnsport.go.jp/anzen/>

本書の無断複写・複製（コピー）及び内容の無断転載を禁じます。

● 学校生活管理指導表

指導区分 アレルギー有
の場合 ○

() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]
() () [	年	組	名前	]

「もしも」
の時

落ち着いて正しく
伝えましょう

緊急時には 1 分の違いが状況を左右します。
落ち着いて正確に状況を伝えることが大切です。
もしもの時の他の人への伝え方を確認しておきましょう。

1

いつ



2

どこで



3

だれが



4

どうした



5

今どうなっている

必要に応じて AED を要請します。



平成30年3月

京都市立中学校運動部活動の在り方に関する検討委員会

京都市教育委員会

京都市立中学校長会

京都市中学校体育連盟