

スポーツチャレンジぎふ2010 「30人31脚」 安全対策マニュアル

「30人31脚」は、直ぐにできる競技ではなく、練習の繰り返しによる、技術とチームワークの向上が不可欠な団体競技です。そのため参加選手全員と指導者の安全への認識、自己の体調管理が怠っていると大きなケガを引き起こす恐れがあります。

先生、保護者の方は、子どもたちの安全管理・体調管理には十分注意して頂き、練習指導にあたり、大会当日の競技に励んで頂きたいとお願い申し上げます。

下記の事項をお読み頂き注意して頂ければ、事故やケガの防止に繋がると考えております。練習の前に必ずお読み下さい。

◎競技に必要なもの（安全に競技するために）

①足バンド（必須）

- ・必ず主催者から貸与された足バンドを使用して下さい。



②ひざサポーター（必須）

- ・ケガの予防のため、練習では必ずひざサポーターを着用して下さい。

③練習中の傷害保険（必須）

- ・万が一ケガが発生した場合に適用できる保険に加入して下さい。
（各学校で加入している災害共済給付金でも可能）

④マウスピース（必須）

- ・マウスピースをすることで口やあごのケガを防ぎ、頭部への衝撃を和らげることができます。安全対策として必ず使用して下さい。



⑥服装

- ・転倒した際にケガをしないように、付属品等が付いている服装は避けて下さい。

⑦ひじサポーター

- ・転倒した際、擦り傷等ひじのケガを防ぐのに有効です。安全対策として使用をお勧めします。

◎準備体操

- ・練習前には必ず準備体操を行って下さい。
その際には体調の確認をお願いします。体調が悪い状態での参加は大きなケガの原因となります。

◎安全な肩の組み方

- ・全選手が右腕を右隣りの選手の肩に、左腕は左隣りの選手の腰に組んで下さい。
(統一方向は左右逆でも構いません)
隣りの選手と腕が重ならない肩の組み方によって、転倒時にすばやく手を前に出すことができます。



◎警告ホイッスル

- ・足バンドが外れた、もしくはバランスが崩れた時は、選手全員が一斉に止まることができるように、練習の段階から指導者の方はホイッスルを吹いて全員に知らせて下さい。