



神 惑  
JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

# 2025安全・ルール伝達講習会 ～重症事故0を目指して～

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

## 2025 安全・ルール伝達講習会

1. 開会のご挨拶（会長 巴）
2. JRFU安全推進講習会 ご挨拶（日本協会専務理事 岩淵）
3. 安全なラグビーの実現に向けて（安全委員長 坂倉）  
神惑の安全対策・保険申請について
4. インテグリティ講習（チームドクター 田島）  
【休憩】
5. 頭部外傷を防ぐには（競技委員長 和気）  
経年劣化対策（時崎）  
【休憩】
6. 介護現場から見た日常の危険（茶屋繁美）  
【休憩.机の移動】
7. 新ルールの解説（レフェリー 色川）
8. 閉会のご挨拶（安全委員長 坂倉）



# 神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

## 1. 開会のご挨拶 (会長 巴)



2025.8.24 神奈川不惑クラブ



神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

## 2. JRFU安全推進講習会 ご挨拶 (日本協会専務理事 岩渕)

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

JRFU岩渕専務理事 安全推進講習会 ごあいさつ 2025



神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

### 3. 安全なラグビーの実現に向けて

安全委員長  
坂倉 充

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

# 安全なラグビーの実現に向けて

2025年3月

安全対策委員会



**JAPAN RUGBY  
FOOTBALL UNION**

(公財)日本ラグビーフットボール協会

## この資料について

- ラグビーチームで安全対策を担当する方が知っておくべきことを網羅しています。  
(量が多く、前年と同じものも多いですが、必要な情報ということでご理解ください。)
- 講習で説明しないページには  と明示しています。
- 所属するチームでのフィードバックでは、必要な情報を必要な人に伝えてください

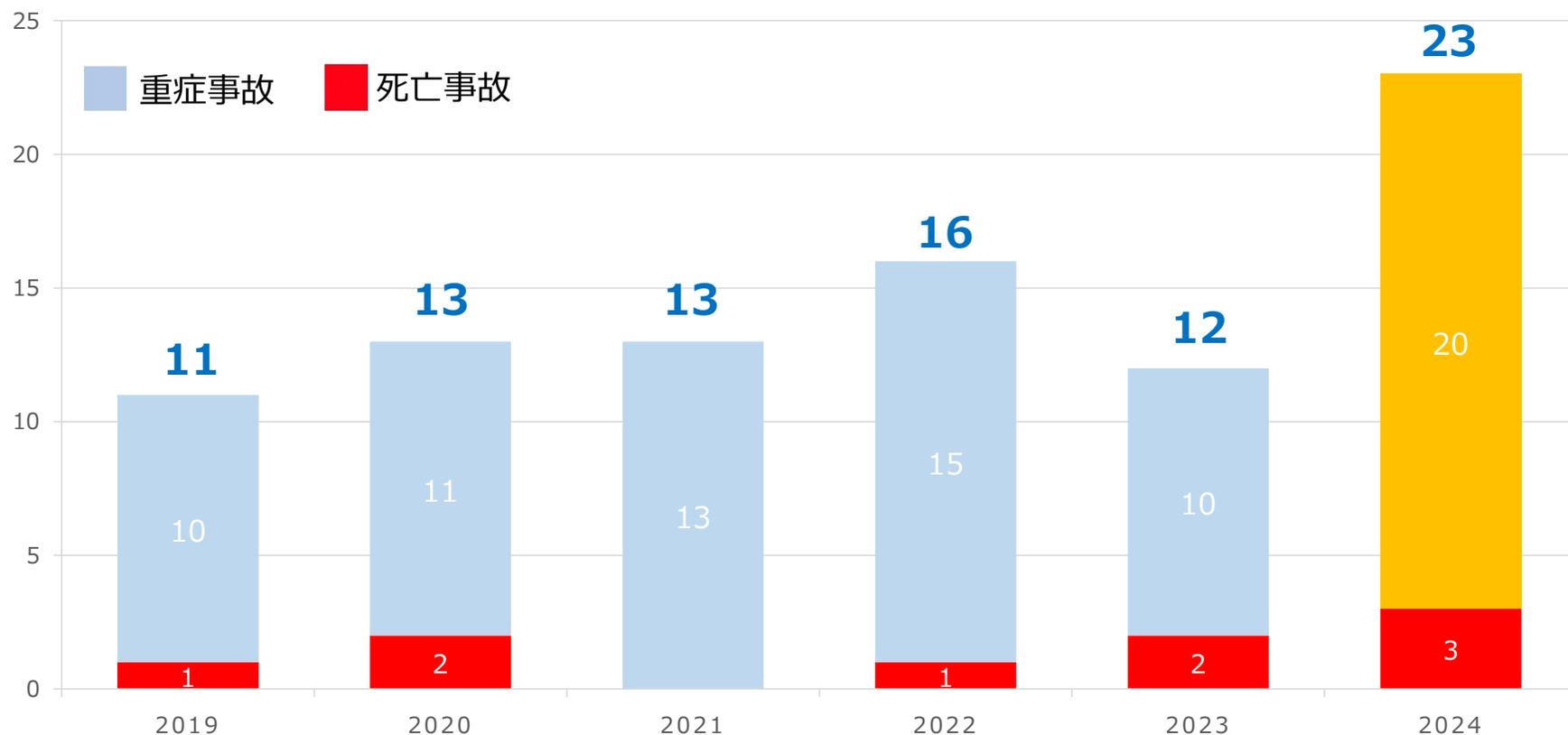
関係者すべての方の理解が必要ですが、  
プレイヤーが**安全対策を理解する事**が重要

# 2024年度の重症事故報告（2025年1月末時点）

- 2024年度の重症事故件数は23件報告されている。

2024年度の重症事故件数(死亡は除く)は報告件数であり、最終的な計上件数は減る可能性あり。

重症傷害件数の推移（2019～2024）



# 2024年度の重症事故分析

※2025年1月末時点

## 死亡 3件

- 21歳（心臓）、19歳（頭部外傷）、72歳（心臓）
- 内訳：大学

## 頭部外傷 9件※死亡事故は除く

- 15、16、19、20、26、29（女性）、50、62、65歳が受傷
- 内訳：高校・2件、大学・クラブ各3件

## 脊髄損傷 7件

- 12、14、18、28、43、50、57歳が受傷
- 内訳：スクール・中学・大学・社会人各1件、クラブ3件

## 内臓損傷 1件

- 17歳が受傷
- 内訳：高校

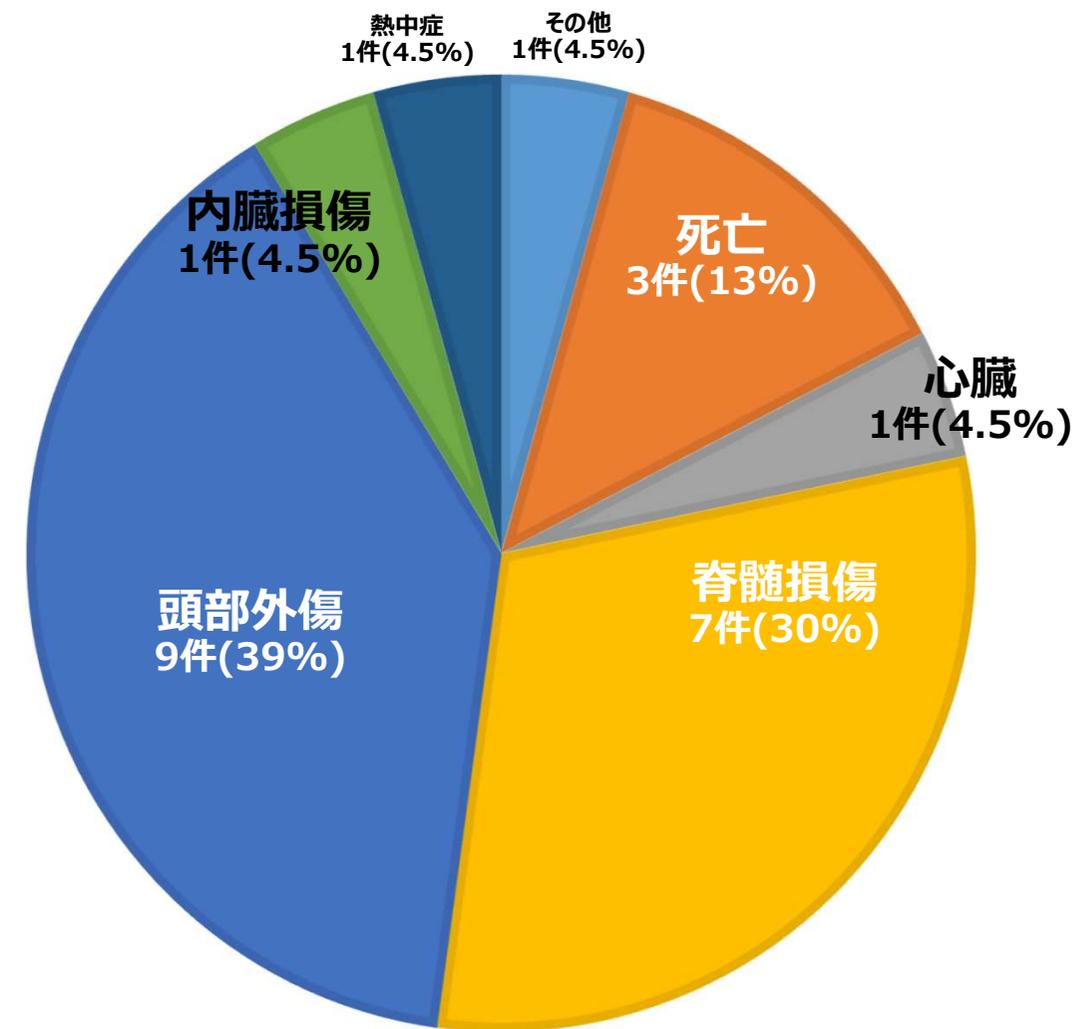
## 心臓 1件※死亡事故は除く

- 62歳が受傷
- 内訳：クラブ

## 熱中症 1件

- 36歳が受傷
- 内訳：クラブ

その他 1件：21歳（開放骨折）

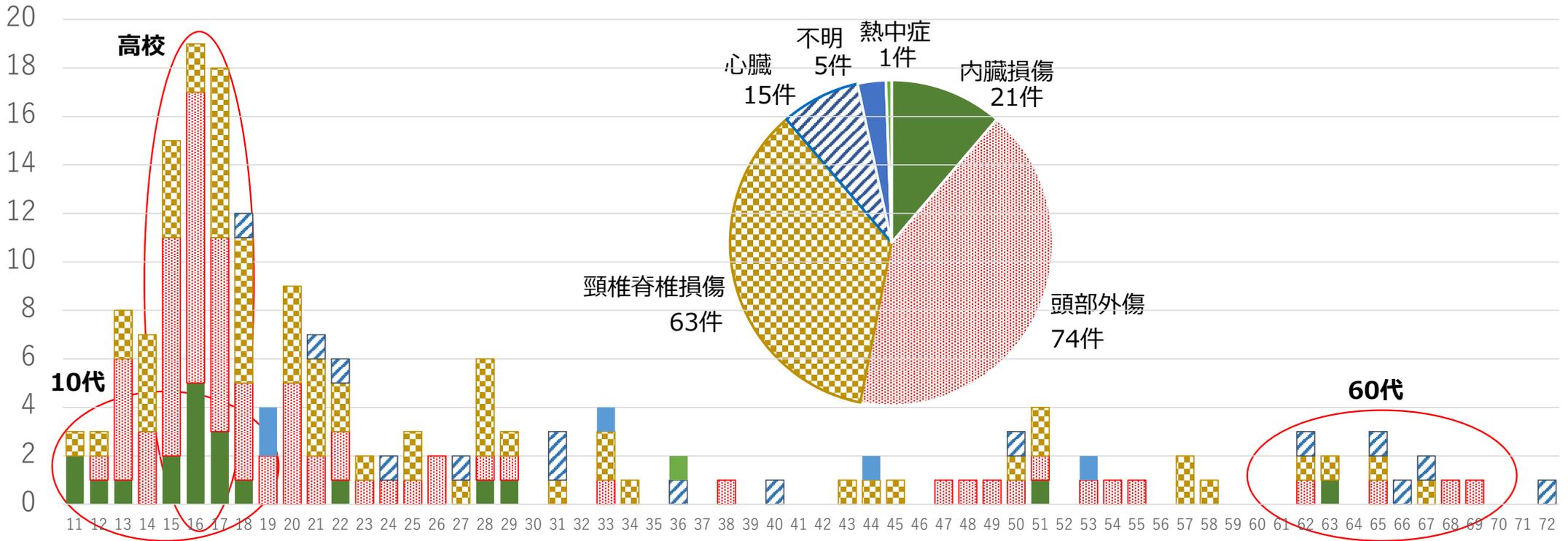


# 重症傷害分析(傷害別) 2016/4 -2025/1

2016年4月から2025年1月までの重症傷害 178件を対象に分析

※届いた報告書すべてを計上

- 高校生での事故は全体の29.2%
- 内臓損傷20件中16件は10代 (含. 小5男子、高3女子)
- 心臓15件は10代 (1名)、20代 (4名)、30代 (3名)、40代 (1名)、50代 (1名) 60代 (4名) 70代 (1名)



# 重症傷害の定義

重症傷害は次のように定義される

- 死亡
- 頭蓋骨折の有無に関係なく24時間以上の意識喪失を伴う障害
- 四肢の麻痺を伴う脊髄損傷
- 開頭および脊椎の手術を要したものの
- 胸・腹部臓器で手術を要したものの
- 上記以外で診断書で重症と思われるもの

# 重症事故対応について

- 重症事故発生を防ぐとともに、発生時に適切な対応ができるように準備する
- 意識/気道/呼吸/循環のチェック、動かさない、コミュニケーションを取る

## ● 頭部外傷

急性硬膜下血腫、急性硬膜外血腫、クモ膜下出血、脳挫傷、頭がい骨骨折など

救急車/病院受診の手配。  
(脳振盪に対しては脳振盪ガイドラインを理解し、SCATを適切に使用して重症化を避ける。)

## ● 頸椎損傷・脊椎損傷

頸椎損傷、頸椎脱臼、頸椎亜脱臼、頸椎歯突起骨折、脊椎損傷、胸椎不全損傷など

頸椎・脊椎の安静と救急車/病院受診の手配

## ● 内臓損傷

腎臓破裂、脾臓破裂など

内臓損傷は、受傷してから数時間後に症状が悪化することがあるので、注意が必要。

## ● 心臓

心臓震盪、心筋梗塞、外因性心臓死、内因性心臓死など

AEDの設置場所の確認、AED研修の実施が必要。

# 神惑内の事故発生状況

	2023年	2024年	2025年 ~8/24
・ スポーツ安全保険申請件数	21件	30件	18件
・ 協会見舞金申請件数	4件	2件 (重傷事故1件)	5件

# 安全対策ビジョンとターゲット

- 安全対策ビジョン
  - ラグビーにおける安全管理の重要性を指導者もプレイヤーも理解し、日々の練習・試合および日常生活において実践し、**“重症事故”の発生を防ぐ。**
- 安全対策ターゲット
  - 重症事故ゼロの実現

# 2024年度安全対策強化のお願い

- 2023年度は12月末時点で重症事故報告が15件。死亡事故が2件発生。
- 2024年度に向けた各チームの**安全対策への取り組み強化を目的に通達を発信**

項目	内容	備考
安全重視の意識徹底	<ul style="list-style-type: none"><li>• チームとして怪我の発生状況を踏まえて安全重視の研修や点検を実施</li></ul>	年度初に必要なメンバーでの共有
メディカル体制の整備	<ul style="list-style-type: none"><li>• 必要人数のセーフティアシスタント（SA）の確保</li><li>• 可能な範囲でのチームドクター/トレーナーの配置</li></ul>	含.緊急時の病院の確認
傷害発生時のケア改善	<ul style="list-style-type: none"><li>• 選手のコンディション管理、既往歴管理</li><li>• 頭部外傷/内臓損傷への経過観察</li><li>• EAPの準備、チーム内の周知徹底</li><li>• 脳振盪受傷時の慎重な復帰(GRTP)への配慮</li><li>• 応急処置に関する備品</li><li>• 各種任意保険</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• 脳振盪既往歴管理</li><li>• 脳振盪発生時等の対応の徹底（受傷後は1人にしない）</li></ul>
日本ラグビーフットボール協会の制度対応	<ul style="list-style-type: none"><li>• 日本ラグビーフットボール協会への確実な登録</li><li>• 重症傷害報告/傷害報告/脳振盪報告の実施</li><li>• 見舞金制度の活用</li></ul>	必要に応じて適切な保険加入（傷害保険/賠償責任保険）

# 用具・練習環境へのガイド

## ・プレイヤーの用具

用具	目的・考慮点など
ヘッド キャップ	頭部と耳の外傷を防ぐ。頭部への直接的な衝撃への保護効果がある。
マウスガード	マウスガードは歯と、その周りの軟部組織を保護し、顎顔面外傷の予防に役立つ。脳振盪予防の効果も期待できる。
パッド	打撲・切り傷・擦り傷などへの対応に有効。
ラグビー ゴーグル	視力の弱い方、目の保護が必要な方に向けたゴーグル。(WRより試験的認定)

## ・練習環境/医務用具

用具	目的・考慮点など
グラウンド	周辺フェンスや囲いなどとの十分な距離の確保。(min 3m) ゴールポストが適切なパッドで覆われていること。
練習用具	スクラムマシン、タックルダミーなどの安全性確認
医務用具	救急対応に必要とされるものを整備 <u>AEDは心臓震盪対応に必須</u>

しかし、どんなに準備をしていても受傷は100%は防げません。

ヘッドキャップ、マウスピース、ショルダーガードすべて着用しても事故は起こります。

準備をしていたからこそ、それ以上の悪化を防げるのだと思います。

チームとしてプロテクターの着用はあくまで推奨ですが、個人で出来る安全対策の第一歩です。

**コンタクトのある練習でも着用を！**



¥35,200

🟢 在庫あり

(税込) 配送料はチェックアウト時に計算されます。

サイズ : XXS 51CM

XXS 51CM

XS 53CM

S 55CM

M 57CM

L 59CM

色 : GREEN

GREEN

RED

BLUE

WHITE

YELLOW

PINK

#### 🌐 サイズでお悩みの方

N-Proは頭部を衝撃から守る製品です。そのため、お客様には納得して安心してご購入いただきたいと考えています。サイズで迷われている方には、フィッティング用としてもう1サイズの製品をお送りさせていただきます。

#### 【フィッティングサービスのご利用方法】

1. 商品のサイズと色を選び「カートに追加する」ボタンを押してください。
2. カートページ内の備考欄に「フィッティング希望」と記載し、ご希望のもう1つのサイズを明記してください。

#### 【着払い伝票で簡単返送！】

着払い伝票も同封いたしますので、到着後は1週間以内に返送をお願いいたします。返品は主使用品に限ります。



ギルバート GILBERT ヘッドギア-  
AIR ブラック GB-9541 ラグビーヘ  
ッドキャップ IRB承認

オプション: 3サイズ

4.4 ★★★★★ (33)

¥5,940 参考: ¥6,270

配送料 ¥550 8月23日-24日にお届け

カートに入れる



canterbury(カンタベリー) ヘッドギ  
ア クラブスペシャルヘッドギア  
AA04556

4.3 ★★★★★ (8)

¥8,780 参考: ¥10,000

88ポイント(1%)

✓prime 翌日配送  
無料配送 本日中にお届け

カートに入れる

こちらからもご購入いただけます  
¥8,708 (8点の新品)



[カンタベリー] ギア HEAD GEAR  
RUGBY メンズ

オプション: 5サイズ

4.4 ★★★★★ (101)

¥5,616

配送料 ¥550 8月17日-20日にお届け

カートに入れる

## スポーツマウスガード使用のお願い

神奈川県ラグビーフットボール協会医務委員会

関東ラグビーフットボール協会メディカル委員会歯科委員会ではカスタムメイドのマウスガードの使用を推奨しています。

不適切なマウスガードの使用で怪我を誘発させた報告もあります。  
スポーツマウスガードの経験がある歯科医師に作成してもらいましょう。

多くのラグビー選手に安価で適切なマウスガードを提供できるように、認定講習会を開催し、受講者のネットワークをつくっています。

マウスガード作成を希望される個人、チームの方は以下の連絡先へご連絡ください。近隣でマウスガードを作成できる医院をご紹介します。

**価格：7,000～10,000円（単色）**

連絡先：神奈川県ラグビーフットボール協会医務委員会

小林伸：歯科委員長登戸歯科医院

アドレス：[sinn-k@msh.biglobe.ne.jp](mailto:sinn-k@msh.biglobe.ne.jp)（メールでの相談を推奨）

電話：044-933-3366

加藤智弘：歯科委員横浜南共済病院口腔外科

電話：045-782-2101（病院の総合受付のため、  
つないでもらえない可能性大）

紹介された医院

歯科医院名：ヒロデンタルクリニック 8千円+消費税

横浜市港南区日野中央3-43-6 TEL:045-833-6480



# ワールドラグビー（WR）の安全対策情報

スマートマウスガード(iMG)2024年から日本代表チームとリーグワンで導入



- iMGは、頭部加速度を検出するセンサーを内蔵したマウスガード型デバイスであり、頭部への衝撃を感知する
- エリートラグビーのHIAプロセスにおいて、脳振盪の評価を補助するツールとして使用される
- 個々の選手にフィットするように、歯科医師によって調整が行われる



神 惑  
JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

## 神惑の安全対策

安全委員長  
坂倉 充

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

## 神奈川不惑クラブ安全ラグビー10ヶ条

### ～怪我をしない、させない、怪我しても軽微に抑える為に～

ラグビーは紳士淑女のスポーツ、頭脳が9割と言われるスポーツです。我々神惑メンバーはその誇りを持ちつつ、家族、仲間、対戦相手、レフリー等ラグビーを行うにあたって協力してくれる仲間達への感謝の気持ちを大事にしています。

重症事故が発生して、自身や周りの協力者が誰一人として不幸にならない為にも、如何にして安全ラグビーを実践・推進するかを常に意識して活動します。

### 神惑安全ラグビー 10ヶ条

- ①練習や試合に臨む準備が出来ている  
(個人での基礎体力作り、疾患への各自の注意、参加時の前向きな気持ち等、心技体の準備は万全か?)
- ②ラグビー協会や神惑の安全対策・ルール講習を積極的に受講する  
(最新のルールやスキルを理解しているか?)
- ③練習や試合参加時は自身のラグビー用具の安全確認を行う  
(スパイクのポイントが刃の様に尖ってないか、ジャージやパンツが破れてないか等のチェックは行ったか?)
- ④安全対策用のプロテクターを装着する  
(マウスピース、ヘッドキャップ、ショルダーガード等はきっちり装着しているか?)

## 神惑安全ラグビー 10ヶ条（続き）

- ⑤全体休憩以外にも自身のタイミングで適宜水分補給や休憩を行う  
（自身の体力や身体の状態を考えて適宜水分補給や休憩を行っているか？）
- ⑥プレー時の安全姿勢や正しい姿勢を習得して実践する  
（自信や周りのメンバーは、逆ヘッドタックルしていない、受け身、頭下げない等の安全姿勢は取れているか？）
- ⑦ラグビー憲章に則りプレーして最新ルールを理解し遵守する  
（品位・情熱・結束・規律・尊重を実践し、フェアプレーの精神で臨んでいるか？）
- ⑧ラグビーはボールゲームなので極力コンタクトしない様なプレーを心掛ける  
（捕まる前にボールを繋ぐ、タックルされたら安全に倒れる等の実践が出来ているか？）
- ⑨ウォーミングアップやクールダウンやストレッチを行う  
（いきなり走ったりぶつかったりするのには身体にも負担がかかり怪我のもと）
- ⑩緊急連絡先情報を携帯する  
（会員各自のバッグに装着して家族や身近な人に連絡出来る様にする）

## シニアの安全対策

注意してほしい怪我/事故

- 頭部外傷、頸椎損傷

50歳以上の重傷事故(頭部外傷、頸椎損傷等)の増加



- 十分なトレーニング、十分な準備
- 適切なレベルでの練習、試合
- 負傷、事故への適切な対応
- 既往歴への対応

(ex. 抗血栓薬を服用している場合はコンタクトプレーは避ける)

## 抗血栓薬服用中のプレーについて

2019年の重症事故の中に、抗血栓薬を服用していたために脳内出血が重症化したと考えられる事故がありました。高齢者のラグビー愛好家も増えている中で、このような事故が発生しないように、十分な配慮が必要です。

日本脳神経学会や日本脳卒中学会などでは、血液を固まらせにくくする薬（抗血栓薬）を飲んでいる方々への注意として、頭部外傷で頭の中に出血した場合には、その出血が止まりにくくなる事があるために早めにCTがとれる医療機関への受診を勧めています。

日本ラグビーフットボール協会では、脳振盪を起こさないような軽い頭部打撲でも、抗血栓薬内服中の選手が試合や練習後にいつもと違う様子であったり、選手自身がおかしいと感じたときには、早めに病院受診することを推奨します。

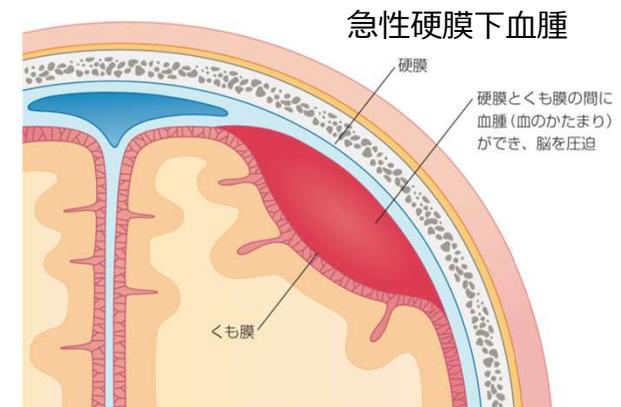
### 【抗血栓薬】

#### 抗凝固薬

ワーファリン、リクシアナ、プラザキサ、リクシアナ、  
イグザレルト

#### 抗血小板薬

アスピリン、クロピドグレル、シロスタゾール

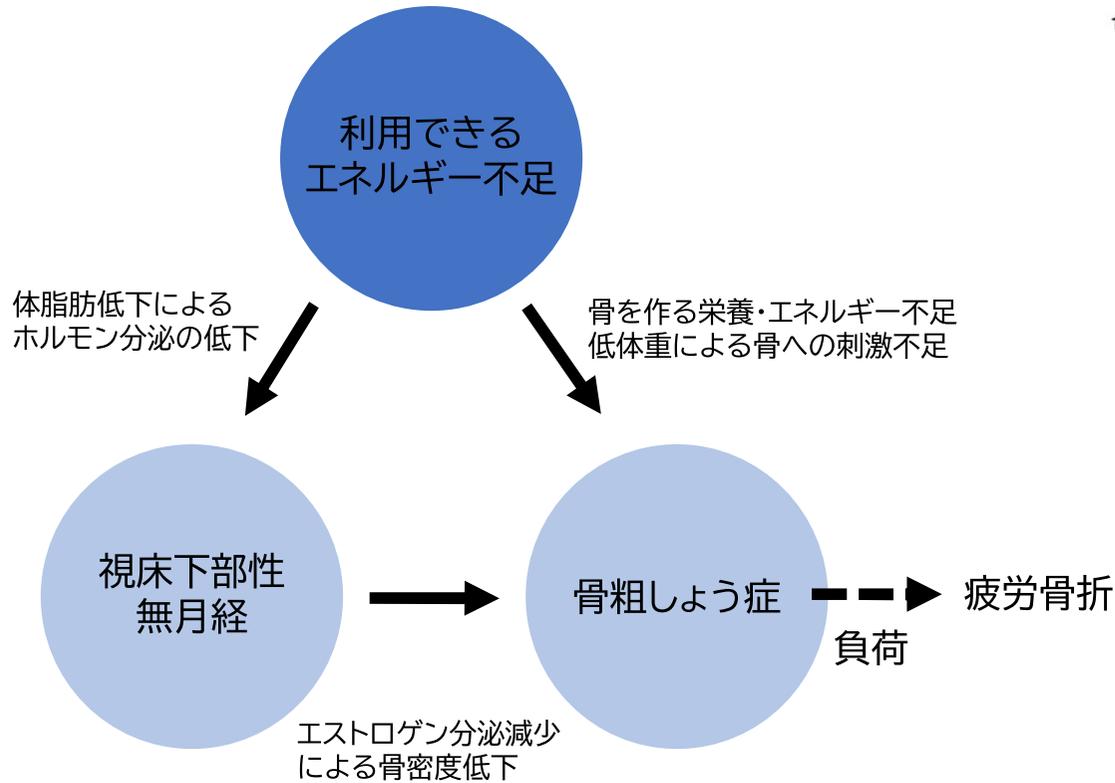


# 女子ラグビープレイヤーの安全対策

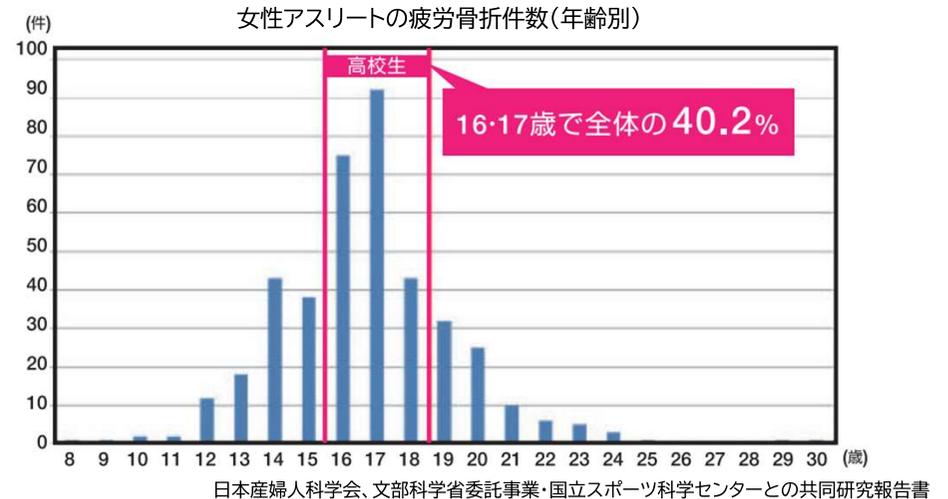
## 女子の幼児期からシニア期までの特徴と留意点

	特徴と安全対策留意点（※重要）
幼児・小学生	心身が目覚ましく発育する時期であり個人差が大きい。指導者は、個々の成長状況を見ながら、生涯に向けてプレーすることの楽しさや安全なプレーの基礎を指導する。 ※ケガ等、異常の早期発見（指導者の細かい観察と声かけ）
中学・高校生 (含小学高学年)	第二次性徴（女性ホルモン）により、男子よりも早く体の成長が見られる。全身の筋骨格は男性に比べて細く、特に脳の軸索は男性よりも薄く微細管の数が少ないため頭部への衝撃リスクが高い。ケガ防止のため、体幹及び各部位筋肉トレーニング、食事指導が重要。 ※脳振盪、頸椎損傷、肘膝肩のケガ、体調管理（月経随伴症状や貧血）
トップアスリート	過トレーニングによる筋肉・骨折疲労の注意をおこなう。全身、及び各部位筋肉トレーニング&管理、食事面の継続した管理が重要である。 ※脳振盪、頸椎損傷、女性アスリート3主徴（低栄養、無月経、骨粗鬆症）
シニア	一般的に活動・運動量が減ることから、プレー前の十分なストレッチ等ケガ予防が必要である。女性ホルモンの減少に伴い、心身状況に大きな変化がおこる。 ※脳振盪、頸椎損傷、肘膝肩のケガ、体調管理（骨粗鬆症、更年期障害、持病の管理）

# 女性プレイヤー特有の健康課題



女性アスリートの三主徴：  
継続的なスポーツ活動が原因となっておこる健康上の問題



・過度なダイエットで体脂肪を急に減らしたり、過度なレーニングによって月経が止まることがあります。月経異常のあるプレイヤーは疲労骨折の発症率が高いという報告があります。  
視床下部性無月経と骨粗しょう症の一番の原因は利用できるエネルギー不足です。

・競技や成長に必要なエネルギー量や栄養バランスは取れているかを見直しましょう。

# 女性プレイヤーにおける外傷の特徴と予防

表1:15人制と7人制の外傷・障害部位

15人制		セブンズ	
受傷部位	%	受傷部位	%
膝関節	23.9	頭部/顔面	22.3
肩関節/鎖骨	17.4	膝関節	19.6
頭部/顔面	15.2	足関節	11.8

表2:セブンズワールドシリーズにおける外傷・障害の発生部位の割合

BK		FW	
外傷・障害	%	外傷・障害	%
脳振盪	14.2	脳振盪	20.1
足関節捻挫	7.2	ハムストリング肉離れ	7.1
膝内側副靭帯	6.9	足関節捻挫	7.1

表3:セブンズワールドシリーズにおける外傷・障害の発生部位の外傷負担

BK		FW	
外傷・障害	外傷負担(%)	外傷・障害	外傷負担(%)
前十字靭帯損傷	20.1	前十字靭帯損傷	30.8
膝内側副靭帯損傷	8.2	ハムストリング肉離れ	9.2
足関節捻挫	6.6	脳振盪	6.9

表1~3:ワールドラグビー外傷・障害疫学調査レポートより作成

※1:Sex differences in neck strength and head impact kinematics in university rugby union playersより引用

※2:Evidence-Based Best-Practice Guidelines for Preventing Anterior Cruciate Ligament Injuries in Young Female Athletesより引用

ワールドラグビーによると、試合中の受傷は15人制で膝関節、セブンズで頭部/顔面が多いと報告されています。セブンズワールドシリーズでは脳振盪が最も多く、発生率と重症度(復帰までに要する日数)を掛け合わせた外傷負担の割合は、女子において前十字靭帯損傷が高いです。

脳振盪は、選手の健康な生活を長期的に守るために深刻に扱うべきです。女子は地面に衝突する際、むちうちを起こす傾向が強いことがわかっています※1。以下、予防ポイントです。

- ・筋力強化による頸部の安定性向上
- ・転倒時の受け身姿勢の習得

前十字靭帯損傷は、かかとから地面に突き刺すように足を着いていくカッティングやストップ動作によって起こりやすいことがわかっています。以下、予防ポイントです。

- ・プレイ中は適度な前傾姿勢をキープすること
- ・下肢筋力向上(ランジ、ノルディックハム等)、ジャンプ着地動作を安定させるトレーニング※2

## 緊急時対応計画(Emergency Action Plan:EAP)の策定のお願い

・緊急時対応計画(Emergency Action Plan : **EAP**) : 事故や災害発生時などの予定外の緊急時に際して、各組織/チームが対応するために予め想定した具体的な行動計画を明文化したもの。

・JRFUでは各チームにおいてEAPを策定して、緊急時における対応を円滑にできるよう要請します(EAP作成のためのひな型/テンプレートを提供)

チーム/ラグビー関係者全員が情報を共有し、EAPを周知徹底することにより、よりスムーズな対応を図ることが重要！

EAPを実行した後には、対応したメンバーや他のスタッフによるレビューミーティングを行い、次に備えてEAPを**ブラッシュアップ**させる

# ラグビーの練習・試合に向けたEmergency Action Plan作成のための指針

## ・Emergency Action Planとは

競技中に起こる重篤な外傷や疾病(頭頸部外傷・熱中症・心停止など)や災害を想定して、**人・物・情報**を整理して、倒れた選手を**迅速に救急隊に引き渡す**ための行動計画

## ・EAP作成に必要な6項目

①役割分担



②資機材の場所



③グラウンド情報



④緊急時の連絡先



⑤救急車の侵入経路



⑥避難場所



上記の項目を1枚の紙に**簡潔に分かりやすく**記載して、EAPに関わる**全ての人で共有**をする

## EAP（緊急時対応計画）作成に必要な6項目

①役割分担	119番通報、AEDなど資機材の運搬、選手対応、管理室への連絡、救急車の誘導など
②資機材の場所	AEDやバックボード、その他応急手当に必要な資機材の場所の記載
③グラウンド情報	練習や試合会場、遠征先の住所を記載する。(グラウンドの写真があると分かりやすい)
④各機関の連絡先	整形外科、内科などの医療機関(休日夜間診療所等を含む) 監督・コーチ・保護者・チームドクターの連絡先
⑤救急車の侵入経路	事前にグラウンドを管理する施設に侵入経路と車両の停車位置を確認する。 また、グラウンド内まで救急車が入れるかどうかを確認する。
⑥避難場所	主に天候の悪化(台風や落雷)を想定して、屋内の避難場所を確保する。

## ●緊急時対応計画：EAP（イーエーピー）

イマージェンシー アクション プラン（Emergency Action Plan）

ケガが発生してから慌てるのではなく、起こりうる事態を想定し事前の準備や計画をしっかりと立てましょう。事前に病院の受診時間なども調べておかないと、閉まっている可能性もあります。

水や氷の確保も必要です。また、誰がリーダーとして指示を出すのか、判断するのも決めておかないとケガが発生した後では混乱することもあります。

このためには、ケガや病気の発生時のフィールドから医務室、病院への移送に至るまでの対応手順も含めて緊急時対応計画（EAP）をあらかじめ準備しておくことが重要です。

確認すべき項目

- (1) メディカルキット（救急箱）の内容と使用法・使用期限
- (2) AED（自動除細動器）や担架の存在と設置場所
- (3) 応急手当や担架搬送の役割を担うスタッフのスキルと協力体制
- (4) フィールド内へ援助を呼ぶための合図
- (5) 水・氷の確保（特に夏季）
- (6) フィールドからの退場経路、救急車の進入経路、搬送路
- (7) 競技場近くの病院、緊急連絡先の電話番号
- (8) 対応する責任者・リーダー
- (9) プレーヤー・スタッフの連絡先（電話番号）

緊急時対応計画を共有することで、ケガや病気の発生時の対応がスムーズになり、その質を高めることができます。

神惑HP Infoに「[緊急時対応計画](#)」として公開しています。

神奈川不惑クラブ  
神奈川ワイルドリリーズ  
緊急時行動計画  
Emergency Action Plan

加盟団体：神奈川県ラグビーフットボール協会  
本拠地：神奈川県立保土ヶ谷公園ラグビー場

URL : <http://jinwaku.org/>

神惑安全委員会編  
2021年7月16日作成  
2023年 5月 7日改版  
2024年7月10日改版

## 緊急時ガイド

### 本拠地

**神奈川県立保土ヶ谷公園**  
横浜市保土ヶ谷区花見台 4-2  
県立保土ヶ谷公園管理事務所  
045-333-5515

### 救急医療機関

**横浜市救急医療情報センター**  
24時間受付・年中無休  
**#7119** (または 045-232-7119)

### 医療機関

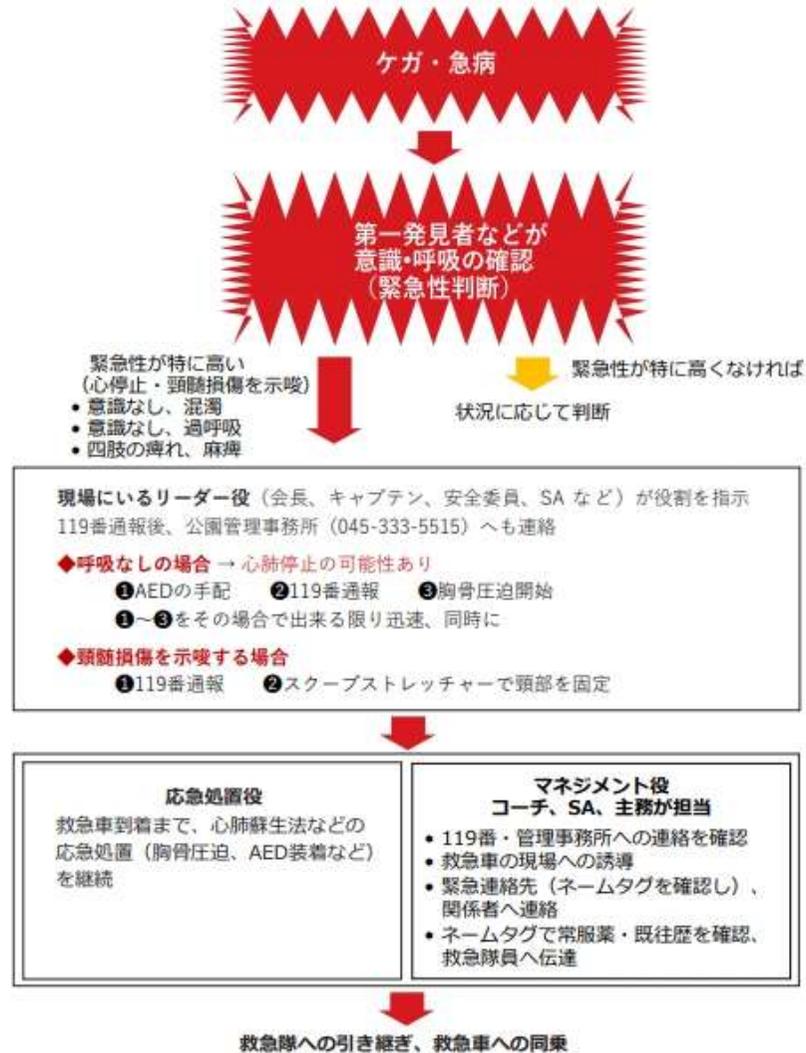
**吉野町横東整形外科**  
045-315-7233  
**365日診療**  
診療時間：午前 9:00～13:00 午後 15:00～19:00  
(年末年始は時間変更有り)  
住 所：神奈川県横浜市南区吉野町 3-7-17  
横浜ペイクリュス 2階・3階  
アクセス：横浜市営地下鉄ブルーライン「吉野町」駅  
2番出口から左に 30m  
URL：<https://www.yokoto-seikei.com/medical.php>

## 緊急時ガイド

### 救急時関係者連絡先

神奈川不惑クラブ	会 長	巴 久 之	090-1614-1068
神奈川ワイルドリリーズ	代 表	遠藤 直樹	090-4927-9071
神奈川不惑クラブ	副 会 長	和気 正太	090-8775-8598
	副 会 長	久野 峰生	090-1841-0757
	安全委員	坂倉 充	090-5764-4482
	安全委員	鳥谷部 克己	090-5200-5487
	安全委員	河原 健一	080-4071-7227
チームドクター		田島 誠也	080-5205-9089

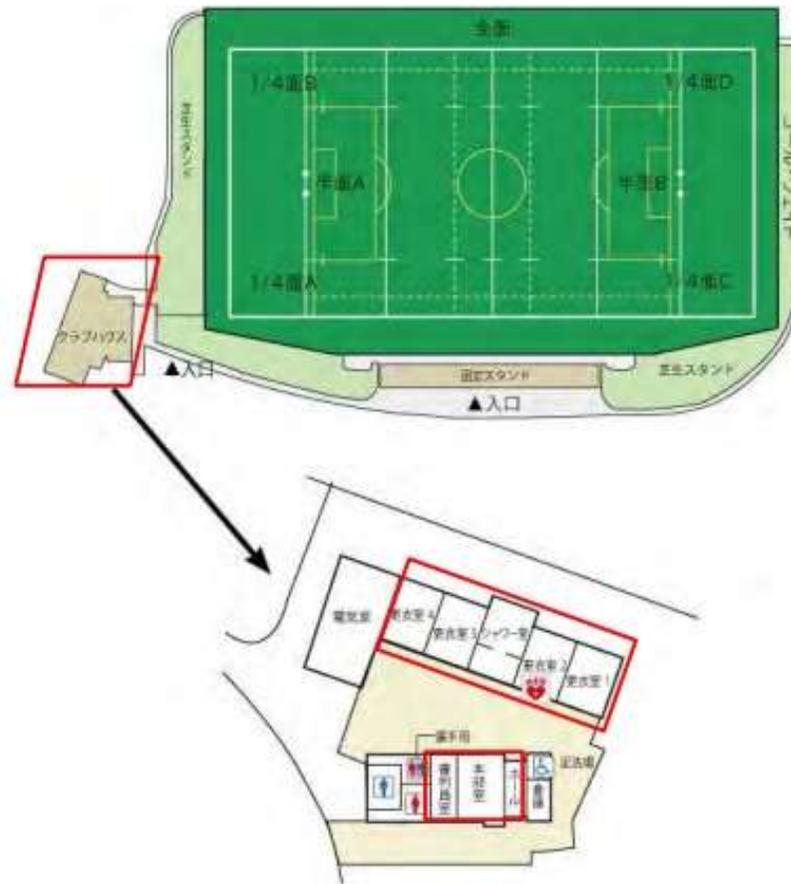
## 緊急時行動手順



施設レイアウト、AED設置場所



## 緊急避難場所



落雷等で緊急避難する場合はクラブハウス内、更衣室等の室内へ避難する。

## EAPを準備する事で、選手だけでなくチームを守る

スポーツ指導者等は参加者(選手)の生命・身体・健康等の安全に配慮し、参加者が事故に  
遭わず安心してスポーツができる環境を構築する**義務**を負う。

→この安全な環境構築の第一歩として、**EAP**を作成する必要がある。

(重傷事故が発生した際の**免責**としての機能が期待される)

EAPは選手を守るためだけでなく、**チーム自身を守るための行動計画**となる

# ネームタグの配布について

○持っていない方は、河原・塩島まで連絡ください。

グラウンドで意識のない状態となり、救急車で運ばれるような緊急事態になった際に、まわりにいるメンバーが負傷者の家族等に連絡ができるようにするため、ネームタグを配布しています。

グラウンドに来る時のバッグに必ず着用してください。

個人情報保護のため、ネームタグは外さない限り、外からは見えないようになっています。

ネームタグの表面 氏名・生年月日（西暦）（年齢が計算しやすいように）

裏面・緊急連絡先（続柄）

・既往歴（例 不整脈、高血圧、痛風、糖尿病、脳卒中等）

・常服薬

（既往歴、常服薬は、救急隊員や医師に伝えるための情報となります。）

**連絡先はできれば複数人！ 既往歴・常服薬は医療に連携するのに大変重要な情報です。出来るだけ詳しく！**



神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

# スポーツ安全保険・見舞金について

安全委員長  
坂倉 充

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

# スポーツ安全保険（東京海上日動）

## I スポーツ安全保険概要

4月1日を基準として 65歳以上 B区分

64歳以下 C区分

### 傷害保険 保険金額

事故の日からその日を含めて180日以内の死亡、後遺障害、入院、手術、通院について下表のとおり保険金が支払われます。ただし、通院保険金の支払日数は、1事故について30日が限度となります。

加入区分	対象範囲	死亡	後遺障害 (最高)	入院 (1日につき)	通院 (1日につき)
C	団体活動中とその往復中	2,000万円	3,000万円	4,000円	1,500円
B		600万円	900万円	1,800円	1,000円

※入院、通院については治療日数1日目から補償されます。

※4月1日以降の新規入会者および会費未納者が4月1日以降に会費を納入した場合は、入金確認後にスポーツ安全協会への追加加入手続きを行います。

## 登録者見舞金制度（ラグビー協会見舞金）

○ラグビーファミリーに個人登録が完了されている、すべての人が使うことのできる「お見舞金」制度

保険とは違い、あくまでお見舞金という位置付けです（受傷に対する一時金です）  
（神惑のHPより、見舞金手続き・傷害見舞金給付表を確認ください）

### 例 頭部外傷

○脳震盪/脳震盪の疑いでCT・MRIの検査を受け、かつ脳震盪/脳震盪の疑い報告書  
復帰証明書を提出したもの (10級2万円)

### 顔面の損傷

○頬骨・鼻骨骨折・眼窩底骨折したもの (11級1万円)

### 膝関節の損傷

○内側・外側側副靭帯を損傷したもの (11級1万円)

○前十字靭帯または後十字靭帯を損傷したもの (10級2万円)



# 神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

[Home](#)[Member](#)[Events](#)[Info](#)[News](#)[BBS](#)[SKD](#)

のめ状態をどう「復」

・[入会問合せフォーム](#)

・[入会書PDF](#) [Word](#)

・[会員候補入会制度申請書](#)



## <公式グッズ>

紺のブレザーと併せ正装用にご用意ください。

・[On-line Shop](#)

起筆：1973年6月01日  
更新：2024年2月25日

・[会則全文 \(PDF 273KB\)](#)

・[神惑部歌「箱根の山」](#)



## <保 険>

クラブ管理下の国内での活動中や活動への往復中の事故などが補償対象になります。

・[on-line事故通知](#)

・[保険/見舞金手続き](#)

・[スポーツ安全協会](#)

神惑女子委員会編

・[緊急時行動計画](#) ・[安全ラグビー推進方針](#)

・[2024神惑安全講習会資料](#)



## <事務局より>

・[2025年度総会資料-1](#) ・[2025年度総会資料-2](#)

・[ラグビー神奈川協賛広告](#)

# 2025 安全・ ルール伝達講習 会 Kanagawa Fuwaku Rugby Football Club

● JINWAKU スポーツ安全保険 「on-line事故通知」

神奈川県ラグビー連盟委員会 安全委員

● 神保会員番号	<input type="text"/> 3桁 (入力例: 085) ★7/27(土)は1999年未入力
● メールアドレス	<input type="text"/>
● 氏名 (漢字)	姓 <input type="text"/> 名 <input type="text"/> 全角
● 氏名 (カナ)	セイ <input type="text"/> メイ <input type="text"/> 全角カナ
● 生年	<input type="text"/> 生年(西暦)の4桁(日) 時限の年数を入力
● 郵便番号	<input type="text"/> ハイフン不要
● 住所: 都道府県	<input type="text"/> 都道府県を選択
● 市区 等	<input type="text"/> 全角
● 町名/丁目/番地	<input type="text"/> 全角
● ビル/マンション	<input type="text"/> 全角 (任意)
● 電話番号	白字 <input type="text"/> 各桁番号からハイフン不要
● 携帯の電話番号	携帯 <input type="text"/> 各桁番号からハイフン不要
● 事故の年月日/時刻	西暦 <input type="text"/> (入力例: 2014/04/01) 時刻 <input type="text"/> 時 <input type="text"/> 分
● 事故区分	<input type="text"/> 事故区分が複数選択可能
● 事故発生地の都道府県	<input type="text"/> 都道府県を都道府県から選択
● 事故の場所	<input type="text"/> 全角 <a href="#">記入例</a>
● 事故の詳細情報	<p>目撃しているとき</p> <input type="text"/> <p>目撃起きて</p> <input type="text"/> <p>目撃より気づいたとき</p> <input type="text"/>
● ケガの部位	左/右 <input type="text"/> 出分類 <input type="text"/>
● ケガの症状	<input type="text"/>
● 入局の有無	<input type="text"/> (見込みを要す)
● 観戦券の有無	<input type="radio"/> 有 <input type="radio"/> 無し <input type="checkbox"/> 申請には観戦券の印刷番号が必要

● スポーツ安全保険は「事故後30日以内」に申請してください。遅って申請に必要な書類が自宅に郵送されてきます。  
 ● 神奈川県協会の見解を申請する方には、安全委員から必要書類等をご案内します。  
 ● 観戦券は「事故後30日以内」に、郵送券は「18日以内」に、安全委員へ返送してください。

このページの表示・情報は暗号化されています。 [リセット](#) [戻る](#) [閉じる](#)

## 手続きの流れ

受傷者は神惑HP内のオンライン事故通知フォームを記入・送信する。

### 登録者見舞金制度

○しない

(スポーツ保険のみ)  
安全委員が東京海上日動に連絡  
↓  
東京海上日動より請求書が受傷者に届く。  
↓  
治療後、必要事項記載後に**本人**が直接請求。  
↓  
支払い・ハガキで通知あり

○する

(スポーツ保険+**見舞金**)  
**30日以内**に協会に傷害報告書(見舞金請求書)を提出  
(代表者の署名捺印が必要・速やかに坂倉まで)  
↓  
**180日以内**に所定の診断書を**本人**が県協会に提出  
(脳震盪の場合は復帰証明書も)  
↓  
審査・支払い

# スポーツ安全保険請求書例

**スポーツ安全保険 傷害保険金請求書 (兼 事故証明書)**

東京海上日動火災保険株式会社 宛 ※特からはみ出さないようにご記入ください。付添物は貼り付けしないでください。

**1 同意事項**

1. 本書の内容が事実と相違ないことを確認し保険金請求しますので、下記口座にお振込みください。振込をもって支払いがなされたものと認めます。

2. 私は、貴社またはその担当者から保険金の支払いをするために必要な範囲で、治療の内容・症状を承認するための医療情報を取寄・利用することに同意します。

3. 私は、貴社が本請求書に記載された個人情報、契約内容および事故情報、ならびに保険金支払状況等の内容を(公的)スポーツ安全協会が実施するスポーツ活動中の事故証明に関する事業や、スポーツ活動等における事故防止の推進事業のために同協会へ提供することに同意します。

<個人情報の利用目的>  
お客様の個人情報につきましては、上記3の他、保険引換の判断、保険事故への対応(関係先お客様等の事業関係の確立や関係する損害保険について損害保険会社間や東京海上日動火災保険等の連携)の提供・案内の提供(案内)での連絡を含みます。保険金のお支払いおよび各種商品・サービスの提供・案内を行うために利用させていただきます。  
(※)詳しくは、弊社ホームページ(www.tokiomarine-nichido.co.jp)をご参照ください。

**保険金請求者** ▶原則としておけがをされた方が本人が保険金請求者となります。おけがをされた方が未成年の場合は、親権者の方のご署名・ご捺印をお願いいたします。

記入日 2024年02月06日 郵便番号 3306

住所 神奈川県横浜市港北区新百合 3306

フリガナ サカクラ ミル

氏名 (原則おけがをされた方) 坂倉 充

おけがをされた方 坂倉 充 様

TEL 045-593-6995

生年月日 (西暦) 1968年12月07日 性別 男 女 日中連絡先 自宅 携帯 勤務先

**2**

**保険金振込先**

金融機関名 ~~XXXXXXXXXXXXXXXXXXXX~~

フリガナ ~~XXXXXXXXXXXX~~

支店名 ~~XXXXXXXXXXXX~~

口座名義 (カタカナ) ~~XXXXXXXXXXXX~~

ゆうちょ銀行 通帳記号(5ケタ) 1 0 通帳番号(8ケタ) (右括弧でご記入ください)

口座名義 (カタカナ) ~~XXXXXXXXXXXX~~

銀行 信託 座種類 普通・総合

信金 農協 当座 貯蓄

支店 店番(3ケタ) 口座番号(右括弧でご記入ください)

支所

**3**

**加入内容** ▶ご加入内容については団体代表者にご確認ください。

所属団体名 ~~XXXXXXXXXXXX~~

加入依頼番号 (9桁または11桁) ~~XXXXXXXXXXXX~~

**4**

**事故の内容** ▶事故日受付時と異なる場合は、二重線で修正の上記載してください。

発生日時 2023年 11月 12日 午前 午後 時 分

場所 ~~XXXXXXXXXXXX~~

状況 何をしているとき ~~XXXXXXXXXXXX~~

何が起きて ~~XXXXXXXXXXXX~~

どのようになったか ~~XXXXXXXXXXXX~~

事故日時点で有効な運転免許証の有無(自動車・自動二輪車・原動機付自転車を運転中の場合のみ) 有 無

**5**

**団体代表者証明** ▶事故日時点の団体代表者が署名・捺印ください。おけがをされた方が団体代表者ご自身またはその同僚の親族の場合は、代表者以外の団体員(団体員名簿に記載されている成人の方)が署名・捺印ください。  
AW, BW, CW区分の個人活動中の事故以外は必ず団体代表者証明が必要ですが(個人活動中とは団体活動中以外・団体活動への往復道工以外をいいます)。スポあんネットでの事故の連絡をいただいた際に代表者証明が完了している事故は団体代表者証明を省略できる場合があります。ご請求の際に団体代表者に連絡する場合があります。

ご加入の内容・事故の内容に相違ないことを証明いたします。

フリガナ ~~XXXXXXXXXXXX~~

氏名 ~~XXXXXXXXXXXX~~

捺印欄 ~~XXXXXXXXXXXX~~

※マスキングされている項目はご記入不要です。

## 練習体験者への保険

体験で参加していただく方に対しては、神惑で加入しているスポーツ安全保険の対象外となります。

そこで、体験開始前までに1日だけでも加入できる保険の加入を勧めてください。

当日でも加入できます。

**Pontaかんたん保険** **スポーツ保険**

参考：50歳男性 1日 117円

<https://ponta.pointhoken.jp/details/9a614dc0-fa9e-429c-be24-38876ab9691b>



## 大会開催時の保険

大会開催時に不特定多数の保険をかける場合には、下記のようなものがあります。

**グッド保険サービス** **イベント賠償責任保険**

参考：プランF 70名まで 1日 5,000円

<https://www.goodhoken.co.jp/event-baiseki/>



# 各種保険の活用

## スポーツ安全協会が提供する傷害保険/賠償責任保険

→傷害保険と賠償責任保険の目的・制度を正しく理解して利用する。

保険加入主体		傷害保険	賠償責任保険
個人 (任意団体)	選手	スポーツ安全保険	
	コーチ・スタッフ		
法人			スポーツ・文化 法人責任保険

# スポーツ事故と法的責任

- ・スポーツ事故における判例において事故防止に対する科学的・医学的知識があることを前提として、指導者の責任を認めたものが増えている。「知らなかったではすまされない。」
- ・スポーツ事故、リスクマネジメントについての情報収集、対応検討が必要となっている。  
(ex. 賠償責任に対応するための保険加入検討)

## 事例1 2016年12月 東京地裁判決

2012年6月サッカー社会人4部リーグの試合中に足を骨折した男性が、接触した相手チームの男性及びその所属していたチームの代表者である男性に対して、損害賠償請求訴訟を提起したところ、請求を247万4761円の範囲で認容した。

## 事例2 2017年4月 福岡地裁判決

2011年3月高校の校内大会のクラス対抗の柔道の試合で高校1年生の男子生徒が試合中に転倒し、畳で頭部を打って頸髄損傷を発症し四肢麻痺の重い後遺症が残った。裁判長は安全配慮義務に違反したとして約1億2400万円の支払いを県に命じた。

## 事例3 2018年9月 東京高裁判決

2014年12月バドミントンの試合で、...

→ 参考情報 <http://jsl-src.org/>  
一般社団法人日本スポーツ法支援・研究センター



## クラブの安全配慮義務

指導者やコーチが選手や受講生の安全と健康に配慮する義務の事を示します。指導者は選手の事故を未然に防ぐために、適切な指導や環境の整備を行う必要があります。

安全対策は講じていますが・・・ラグビーは危険を伴うスポーツです。

- ・練習環境の悪化（猛暑・熱中症の危険）
- ・広い年齢層
- ・会員の増加
- ・未経験者の加入（スキルの格差）不安要素の増大

## もし会員に万が一の事があったら、クラブの責任を問われることに？

会則でうたっても、念書があっても、それがすべてではないようです。チームがどれだけ安全対策しても、自己責任だけでは済まされないことも。ご家族から慰謝料を請求されることもあるかもしれません。

（過去に前例はありませんし、今後も訴訟は考えにくいのですが・・・）

クラブの健全運営に向けても、今後賠償責任保険加入の検討も必要と思われるます。



神 惑  
JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

# 脳震盪について

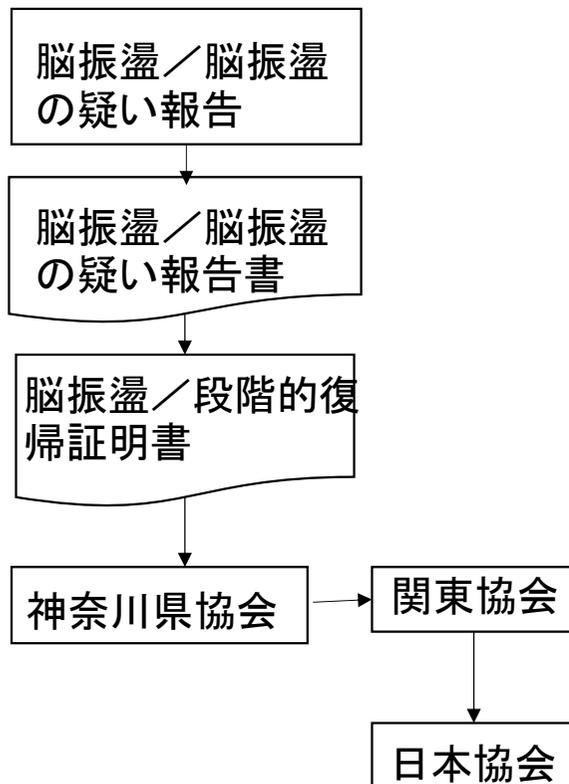
安全委員長  
坂倉 充

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

## 傷害報告

### 脳振盪/脳振盪疑い報告書＋傷害報告書1（見舞金申請書）

•脳振盪の場合も、審査が認められれば最大2万円が給付されます。



- 報告義務者
  - チーム責任者
  - 担当**レフリー**
  - マッチドクター
- 報告書提出先
  - **(提出必須)** 都道府県協会→各支部協会→日本協会
  - (大会の場合) 大会本部または主管実行委員会
- 報告の時期
  - 遅滞なく
- 報告書フォーマット
  - 脳振盪／脳振盪の疑い報告書**
  - 医師管理脳振盪／段階的復帰証明書**

## 脳震盪とは？

脳震盪とは、脳の機能に障害をもたらす外傷性脳損傷である。脳震盪の症状にはいろいろあるが、一般的なものは、頭痛、めまい、記憶障害、またはバランス障害である。

## どのように引き起こされる？

頭部への直接的な衝撃によって生じることがあるが、身体の他の部分への衝撃が頭部の急な動きを引き起こして生じることもある。

# 脳震盪の見分け方

## プレイヤーに認められるもの

- ・ 放心状態、ぼんやりする、表情がうつろ
- ・ 横たわって動かない、起き上がるのに時間がかかる
- ・ 足元がふらつく、バランス障害
- ・ 意識喪失、無反応
- ・ 痙攣、イライラしている

## プレイヤーから訴えるもの

- ・ 頭痛、めまい、吐き気
- ・ 意識混濁、視覚障害、眠気

## 脳震盪の判断

以下の質問のいずれかの回答に誤りがあれば可能性あり

- 今日の試合会場は、どこですか？
- 今は前半ですか？後半ですか？
- この試合で最後に得点したのは誰？
- 先週/前回の対戦相手は？
- 前回の試合は勝ちましたか？

確認して止めさせる、疑わしければ退場させる。

## 脳振盪からの「段階的競技復帰（GRTP）」改訂について（一部抜粋）

2. 高校生・高専生を除く18歳以上のコミュニティレベル（大学/社会人/クラブチーム）  
高校生・高専生を除く18歳以上のコミュニティレベルのプレイヤーは、プレイヤーウェルフェアを最優先としたメディカル体制を有しているチームの管理のもとに、**脳振盪の既往のない選手に限り、一定の項目＊を満たせば1週間のレストと1週間のGRTPの最短14日で復帰可能**、それ以外の選手は2週間のレストと1週間のGRTPで最低21日後の復帰となります。

＊：一定の項目とは、以下3項目に当てはまる場合

1. 脳振盪の既往歴のない選手
2. チーム内でSCAT5のベースラインデータがあること
3. 脳振盪受傷後36-48時間後にSCAT5を実施し、ベースラインデータより悪化がないこと

＊：脳振盪の既往とは、以下6項目に当てはまる場合

1. 脳振盪の受傷が過去3ヶ月以内にあった
2. 脳振盪の受傷が過去1年間で3回以上あった
3. 脳振盪の受傷がラグビー競技を始めてから5回以上あった
4. 衝撃によって脳振盪の発症閾値が低下した（医師の指摘による）
5. 脳振盪を起こし、心理的な問題を合併した
6. 過去に脳振盪を起こし、回復に時間がかかった（21日以上）

## 脳震盪からの復帰 段階的競技復帰（GRTP）

コミュニティクラスは2週間のレスト、1週間のGRTPの最低21日後の復帰となります（既往歴の無いプレーヤー）。

- |            |                |
|------------|----------------|
| ①最低安静期間    | ④ノンコンタクトトレーニング |
| ②軽い有酸素運動   | ⑤フルコンタクトトレーニング |
| ③競技に特化した運動 | ⑥競技への復帰        |

一度受傷すると脳震盪閾値が低下します。セカンドインパクトシンドロームにも注意！

あくまでも慎重な競技復帰をお願いします。



神 惑  
JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

# 熱中症について

安全委員長  
坂倉 充

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

# 神惑の熱中症対策

合言葉は「あ・ね・ご」の約束

b y 259中崎さん

あアルコール

前日のアルコールは控えましょう

ねる

十分な睡眠をとりましょう

ごはん

しっかり朝食をとりましょう

破ったら許さんぜよ！！



# 神惑の熱中症対策

- チーム
- ・ 氷、クーラーボックス、柄杓の用意。
  - ・ 暑さ指数（WBGT）に対応した、運動強度の選択。
  - ・ 適切なウォーターブレイク。体重の2%以上落とさないように。
  - ・ 周囲とのコミュニケーション。いち早く仲間の異変に気づき、重症化を防ぎましょう。

なってしまったら・・・

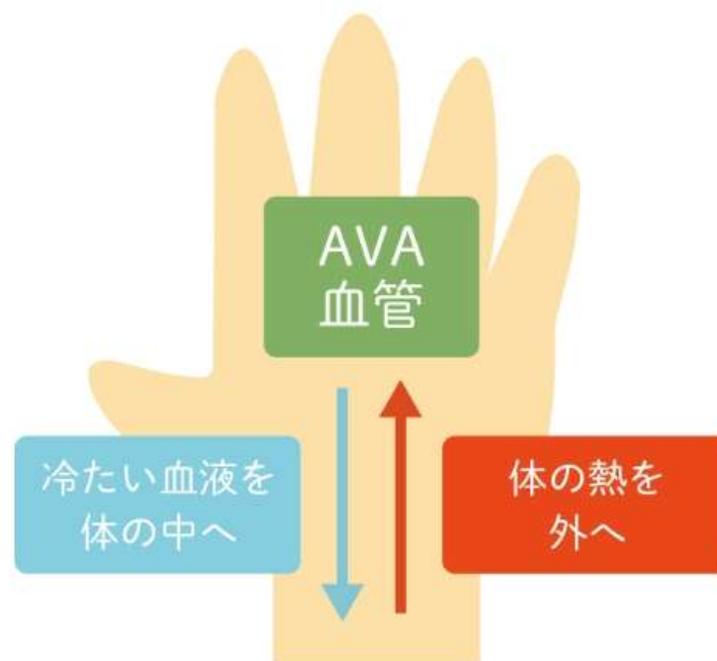
適切な判断・処置（外部・内部冷却）、医療との連携。

声を掛け合って、熱中症ゼロでサマーキャンプを乗り切りましょう！

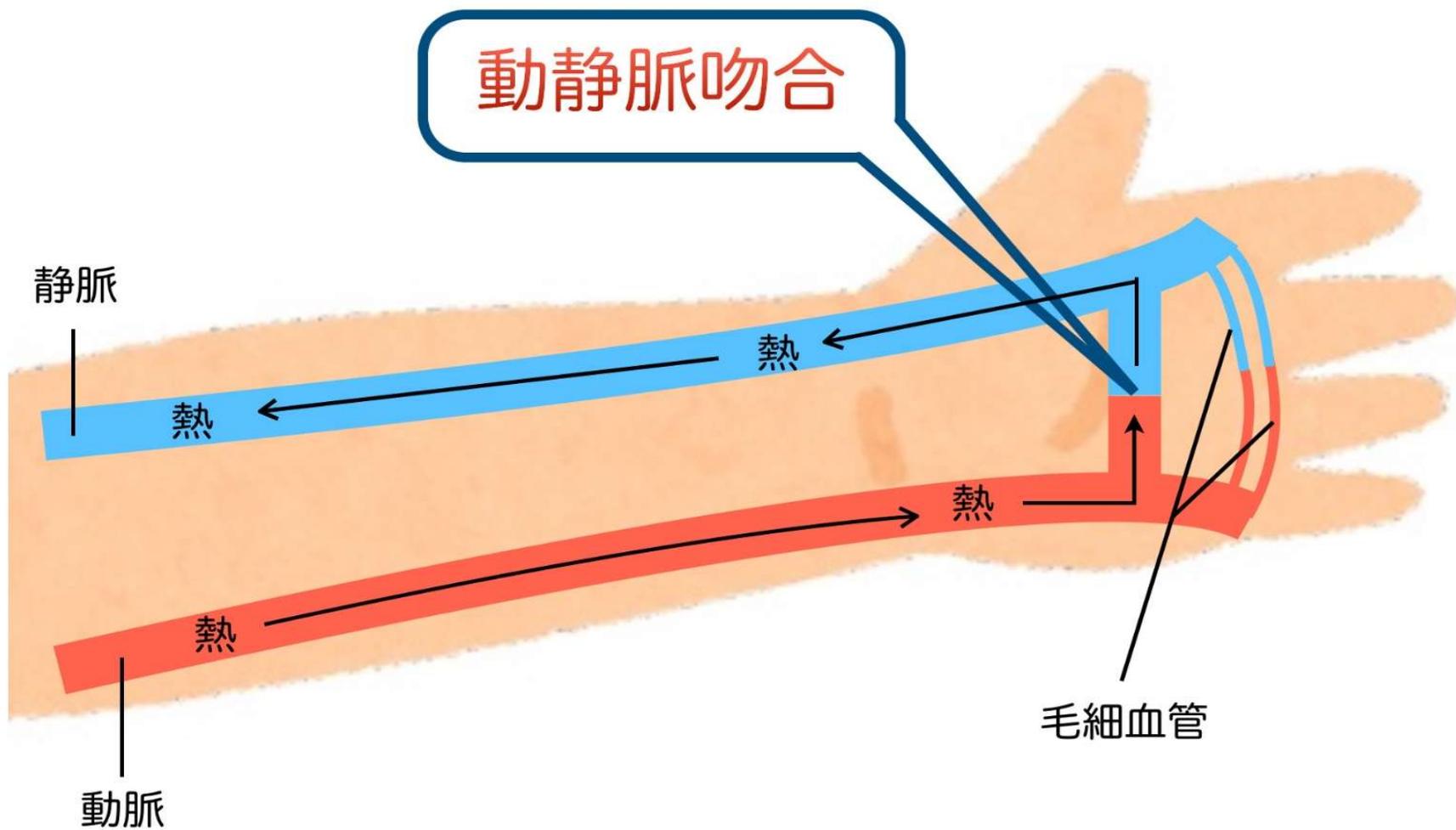
## 最新の熱中症対策は“手のひら”を冷やす事なんです

実は手のひらには「体温調節機能」があります。手のひらには多くの血管、毛細血管が通っています。また、手のひらには動静脈吻合(どうじょうみゃくふんごう)という、動脈と静脈の切り替え部分があるんです。これを英語名でArteriovenous Anastomoses、通称「AVA血管」といい、この血管が体温調節の役割を担っています。

この血管は普段は閉じていますが、体温が上昇すると開通して一度に多くの血液を流し手のひらから熱を逃がします。それを利用すれば、手のひらを冷やすだけで体全体の温度を効果的に下げることが可能なのです。



# 動静脈吻合



## 実は手だけじゃないAVA血管



実は手だけではなく足にもあるんです。足のAVA血管も手と同じように、洗面器などに水をはり、足首までつけておくだけで熱を逃がしクールダウンが可能です。スポーツ選手がアイスバケツに足をつけているのはこのためだったのです。また、頬にもAVA血管がありますので頬に保冷剤を当てる事でクールダウンする事も可能です。

クールダウンは他の熱中症対策と合わせるとより効果的です。

- 水分や塩分補給
- 適度な休憩をとる
- 涼しい休憩室を用意する
- ファン付作業服を着用する
- 熱中症見守りシステムを活用する、などが挙げられます。



# 神惑の熱中症対策

合言葉は 「あ・ね・ご」 の約束

**あ**ルコール 前日のアルコールは控えましょう

**ね**る 十分な睡眠をとりましょう

**ご**はん しっかり食事をして臨みましょう

# AEDの活用推進のお願い

## <競技中の突然死ゼロに向けた取り組み>

救急隊を待っている間に合いません！そこにいる「あなた＝バイスタンダー」の勇気と行動そして知識が必要です。

### <AEDを用いた救命処置の流れ>



119通報と  
AED要請 (Call)



胸をPUSH  
(胸骨圧迫)



AEDをPUSH  
(電源ボタンをPUSH,安全を  
確認しショックボタンをPUSH)

## <観戦中の突然死ゼロに向けた取り組み>

RED SEATは観客へAEDの使用を迅速化する仕組みです。もし観客の心停止が発生した時、通報を受けたRED SEATERがすぐにAEDを取りに行き現場に届けます。1秒でも早くAEDを届けることで観客の命を守ります。

2023-24シーズンのリーグワンでは3チームが取り入れており、また他のチームでもトライアルを行い導入に向けて検討されています。また、2023年の代表戦でも実装しています。

RED SEAT



## <お願いしたいこと>

AEDに関する学習、情報収集、実技講習会の受講  
日本AED財団 講習会情報



救命コーチングアプリ Liv for ALL



<RED SEATに関する情報> 日本AED財団HPよりご確認ください



## 参考動画 (外部サイト)

<300秒のキセキ スポーツ編アニメ>



<300秒のキセキ スポーツ編解説>



## 令和7年度 救命講習・応急手当普及員講習のご案内

### ◆講習種別・時間・内容・教材費

救命講習及び応急手当普及員講習は、横浜市内に在住・在勤・在学の方のみ受講できます。

講習種別	時間	内容	教材費（税込）
①普通救命講習Ⅰ	3時間	主に成人に対して必要な応急手当の方法を習得	1,200円
②普通救命講習Ⅲ	3時間	主に小児・乳児に対して必要な応急手当の方法を習得	1,200円
③上級救命講習	8時間	普通救命Ⅰ・Ⅲの内容に加え、さらに詳しい応急手当の方法を習得	1,800円
④応急手当普及員講習（新規）	3日間	事業所や自主防災組織で普通救命Ⅰ・Ⅲを指導する知識と技術を習得	10,000円
⑤応急手当普及員講習（再講習）	3時間	認定失効前に受講することで、更に3年間有効となります。	2,500円

※上級救命講習は初めての方でも受講できます。応急手当普及員講習（新規）は心肺蘇生法を習得済みの方のみとします。

※応急手当普及員の有効期限は認定日から3年です。更新する方は再講習が必要です。期限が過ぎてからの受講はできません。

### ◆講習時間・受付開始時間等

- ◇普通救命講習Ⅰ・普通救命講習Ⅲ
- ◇応急手当普及員講習（再講習）

⇒午前の部：午前9時から正午まで。※受付開始時間：午前8時30分から。

⇒午後の部：午後1時30分から午後4時30分まで。※受付開始時間：午後1時から。

- ◇上級救命講習
- ◇応急手当普及員講習（新規）

⇒各日共通：午前9時から午後5時まで。※受付開始は午前8時30分から。

正午から午後1時の間は休憩です。

### ◆講習会場（都合により会場変更、日程追加等があります。最新情報はホームページでご確認ください。）

- ◇横浜市民防災センター： 神奈川区沢渡4-7

（JR・東急・京急・相鉄・市営地下鉄・みなとみらい線）横浜駅下車 徒歩約10分

- ◇港南消防署： 港南区港南4-2-10

（市営地下鉄）港南中央駅下車 徒歩約3分

- ◇長津田消防出張所： 緑区长津田2-10-4

（JR・東急）長津田駅下車 徒歩約3分

- ◇横浜市救急救命士養成所： 南区中村町4-270-3

（市営地下鉄）阪東橋駅下車 徒歩約10分 又は（京急）黄金町駅下車 徒歩約15分

最新情報等はホームページにてご確認ください。

<https://www.ydp.or.jp/kosyu01>



参照  
資料

# 心肺蘇生法とAEDの使い方動画

～新型コロナウイルス感染症に対応した心肺蘇生法編～  
【誰でもできる応急手当シリーズ】

<https://www.youtube.com/watch?v=HllhpbZa0Lg>



「AEDの使い方」～誰でもできる応急手当シリーズ～

<https://www.youtube.com/watch?v=U7PWMRQYk-8>





神 惑  
JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

# 付録.「安全対策」のための参考資料

安全委員長  
坂倉 充

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

# 「安全対策」のためのマニュアル

「スポーツリスクマネジメントの実践」（日本スポーツ協会ホームページ）

参照  
資料

## 「スポーツリスクマネジメントの実践」 -スポーツ事故の防止と法的責任-



「スポーツリスクマネジメントの実践」 -スポーツ事故の防止と法的責任-  
スポーツにはケガが付きものである、と言われています。しかし、意識不明の  
重体や死亡に繋がる事故は、指導者がリスクマネジメントの意識を持つことで防  
ぐことができます。  
本書は平成21年度から平成25年度の5年間の間で全都道府県において実施し  
たリスクマネジメント研修会の内容を、各地で出た質疑応答の内容も含めて取り  
まとめたものです。

クラブの事故防止に役立てられるよう、ぜひご活用ください！

**A4判 全103ページ 白黒**

- App Store iTunesでダウンロード⇒[コチラ](#)から！
- Google Play Androidでダウンロード⇒[コチラ](#)から！
- Web Bookは[コチラ](#)から！

<http://www.japan-sports.or.jp/publish/local/tabid/936/Default.aspx>



# 「安全対策」のための情報

## 「熱中症を防ごう」（日本スポーツ協会ホームページ）

参照  
資料

スポーツ医・科学研究

### 熱中症を防ごう

▼ 熱中症予防に関する基本情報

▼ 熱中症予防に関する啓発教材

▼ 熱中症予防に関する実態調査

熱中症とは、暑熱環境で発生する障害の総称で、「熱失神」、「熱けいれん」、「熱疲労」、「熱射病」に分けられます。

スポーツによる熱中症事故は、適切に予防さえすれば防げるものです。しかしながら、予防に関する知識が十分に普及していないため、熱中症による死亡事故が毎年発生しています。とくにこの数年、猛暑の夏が続き熱中症の危険性も高くなっています。

日本スポーツ協会では、熱中症予防の原則を「熱中症予防5ヶ条」としてまとめ、熱中症事故をなくすための呼びかけを行っています。

学校体育や運動部活動をはじめとする運動・スポーツ現場における熱中症事故を予防するために、下記の熱中症予防に関する情報や啓発資料をご参照ください。



<https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html>

# 「安全対策」のためのマニュアル

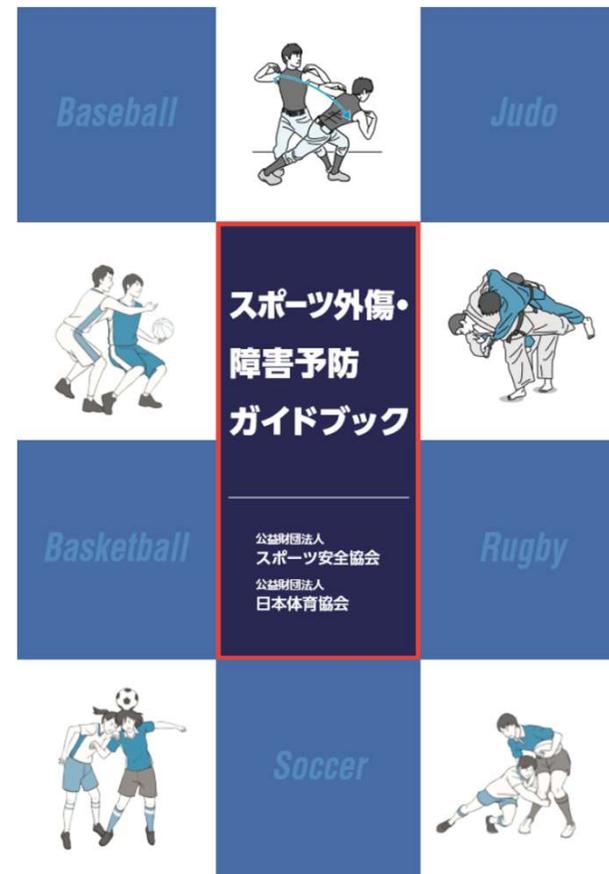
参照  
資料

スポーツ安全協会発行  
『スポーツ外傷・障害予防ガイドブック』

スポーツ安全協会ホームページより  
無料でダウンロード可能（PDF）



<http://www.sportsanzen.org/publish/publish.html>



# 参考資料 「スポーツ事故の法的責任と予防」

参照  
資料

道和書院 令和4年3月出版

近年に行われた国内外の判例・裁判例を詳細に分析しており、スポーツ事故に関する法理論や競技規則について、海外の動向も踏まえて考察されています。さらに予防施策として、海外における事故調査の方法や、補償の在り方も紹介しています。



<https://douwashoin-books.shop/items/63646e0f4ff8c26db8ef9e04>



# 「安全対策」のための情報

「スポーツドクター・スポーツデンティスト検索」(日本スポーツ協会ホームページ)

<https://www.japan-sports.or.jp/coach/DoctorSearch/tabid75.html>



参照  
資料

## スポーツドクター・スポーツデンティスト検索

スポーツをする方の健康管理やスポーツによるケガの治療等に当たる「公認スポーツドクター」「公認スポーツデンティスト」を、都道府県やスポーツ種目、診療科目(歯科含む)で検索できる。

本検索ページでは、掲載のご承諾をいただいている方のみ公開しております。

公認スポーツデンティストを検索される場合は、画面下段「診療科目」の「歯科」にチェックを入れてください。

### 地域・競技・診療科目毎に検索可能

種目・科目・都道府県・キーワードで探す

種目や科目など、詳細条件から絞り込んで検索することができます。  
※スポーツ種目および診療科目は10項目までしか選択できません。

都道府県: 指定しない

フリーキーワード:

※市区町村名、病院名、アピールコメント名(入力例: 足首・ねんざ)、ドクター名検索など

スポーツ種目

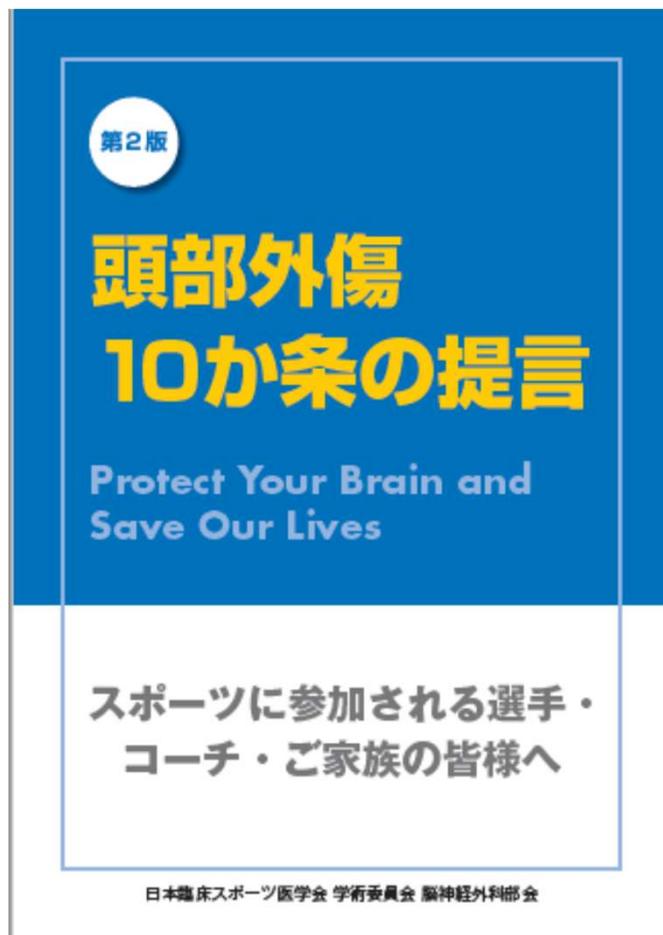
<input type="checkbox"/> 陸上競技	<input type="checkbox"/> 水泳	<input type="checkbox"/> 競泳	<input type="checkbox"/> 飛込み	<input type="checkbox"/> シンクロナイズドスイミング
<input type="checkbox"/> 水球	<input type="checkbox"/> サッカー	<input type="checkbox"/> スキー	<input type="checkbox"/> テニス	<input type="checkbox"/> ボート
<input type="checkbox"/> ホッケー	<input type="checkbox"/> ボクシング	<input type="checkbox"/> バレーボール	<input type="checkbox"/> 体操	<input type="checkbox"/> 一般体操
<input type="checkbox"/> 体操競技	<input type="checkbox"/> 新体操	<input type="checkbox"/> バスケットボール	<input type="checkbox"/> スケート	<input type="checkbox"/> スピードスケート
<input type="checkbox"/> ショートトラック	<input type="checkbox"/> フィギュアスケート	<input type="checkbox"/> レスリング	<input type="checkbox"/> セーリング	<input type="checkbox"/> ウエイトリフティング
<input type="checkbox"/> ハンドボール	<input type="checkbox"/> 自転車	<input type="checkbox"/> ソフトテニス	<input type="checkbox"/> 卓球	<input type="checkbox"/> 軟式野球
<input type="checkbox"/> 相撲	<input type="checkbox"/> 馬術	<input type="checkbox"/> 柔道	<input type="checkbox"/> ソフトボール	<input type="checkbox"/> フェンシング
<input type="checkbox"/> バドミントン	<input type="checkbox"/> 弓道	<input type="checkbox"/> ライフル射撃	<input type="checkbox"/> 剣道	<input type="checkbox"/> 近代五種
<input checked="" type="checkbox"/> ラグビーフットボール	<input type="checkbox"/> 山岳	<input type="checkbox"/> 散歩	<input type="checkbox"/> フリークライミング	<input type="checkbox"/> カヌー

診療科目

<input type="checkbox"/> 内科	<input type="checkbox"/> 呼吸器科
<input type="checkbox"/> 心療内科	<input type="checkbox"/> 消化器科
<input type="checkbox"/> 胃腸科	<input type="checkbox"/> 循環器科
<input type="checkbox"/> アレルギー科	<input type="checkbox"/> リウマチ科
<input type="checkbox"/> 小児科	<input type="checkbox"/> 精神科
<input type="checkbox"/> 神経科	<input checked="" type="checkbox"/> 神経内科
<input type="checkbox"/> 外科	<input checked="" type="checkbox"/> 整形外科
<input type="checkbox"/> 形成外科	<input type="checkbox"/> 美容外科
<input type="checkbox"/> 脳神経外科	<input type="checkbox"/> 呼吸器外科

# 参考資料 「頭部外傷10か条の提言」

参照  
資料



一般社団法人 日本臨床スポーツ医学会  
学術委員会 脳神経外科部会

近年、スポーツ現場における頭部外傷、脳振盪への関心が高まっています。

ここ数年でいくつかの指針や提言が発表され、専門家のあいだでは徐々に認識が共有されつつありますが、一般の皆様にはまだ、おなじみでないことが多いように感じます。

そこで、私たちはこのほど「頭部外傷10か条の提言（第2版）」という小冊子を作成しました。

スポーツに関わるコーチや選手、ご家族の助けになることが主な目的で、専門的な知識を持たれない方々にもお読みいただけるよう、できるだけ平易な表現を心がけました。

が、それでも内容は難解です。目次にある「10か条」に目をお通しいただき、気になった項目だけをお読みくださるのでもかまいません。

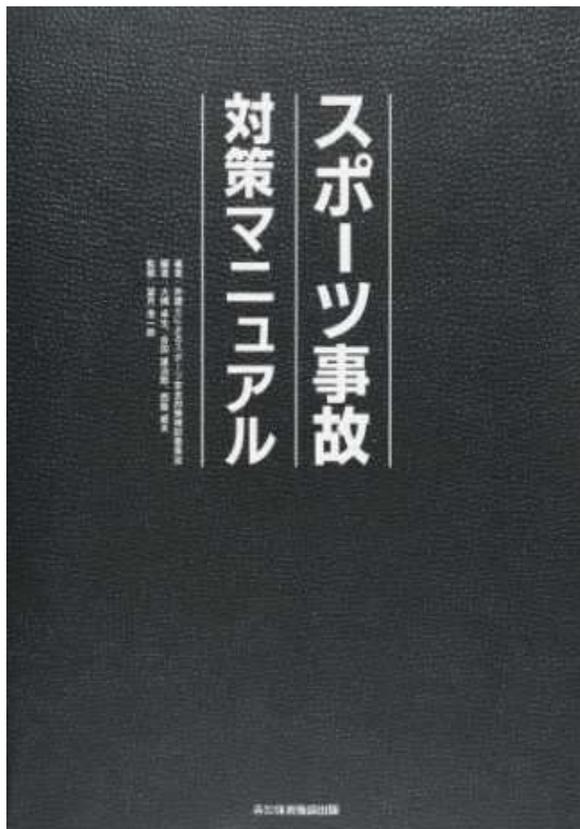
皆様のお役に立つことを願っています。

**ダウンロード可能**

<https://concussionjapan.jimdo.com/>



## 参考書籍 「スポーツ事故対策マニュアル」



著者 弁護士によるスポーツ安全対策検討委員会

出版社 株式会社体育施設出版

定価 ¥3,600

### <本書の内容>

弁護士が各種目の競技団体などからヒアリングを行い、事故事例、事故判例を収集分析。法律の専門家としての立場から、スポーツ事故発生の問題点を解説しています。さらに、附録には、スポーツ事故関連法の解説を収録するなど、さまざまな情報を網羅させました。

1章で、スポーツ事故の種類、判例から見る事故類型、法的責任の所在などについてまとめています。2章・3章では競技種目／施設ごとに起こり得る事故についての対策、法的問題点などをまとめました。4章では、1～3章を踏まえて、事故を起こさないためになさねばならないことを、さまざまな角度からまとめています。また、体罰、暴力、いじめ、イップスなども広義のスポーツ事故であると考え、法的問題点について解説をしています。



神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

プラスワン！怪我をしない・させない  
安全意識もプラスワン！

怪我によっては生活を一変させてしまいます。  
安全対策にやりすぎはありません。

安全・健康で、一生ラグビーを楽しみましょう





神 惑

JINWAKU RUGBY FOOTBALL CLUB

2025 安全・ルール伝達講習会

## 4. インテグリティ推進講習会

安全副委員長・Team Doctor  
田島 誠也

2025.8.24 神奈川不惑クラブ

## ラグビー憲章と5つのコアバリュー

ラグビー憲章において、「ゲームの原則」と「競技規則の原則」に加え、ラグビーが持つ人間形成に資する特徴として、ラグビーの5つのコアバリュー「品位・情熱・結束・規律・尊重」が紹介されています。



## インテグリティ追求に対して問題となる15の行動

1. 違法薬物(大麻等違法薬物)
2. ドーピング、パラ・ドーピング
3. 暴力行為(飲酒を伴う不行跡等)
4. ハラスメント(パワハラ、セクハラ、アルハラ、モラハラ等)
5. 違法賭博(違法カジノ等)
6. 反社会的勢力との関わり
7. 差別(人種差別、性差別等)
8. 試合結果の不正操作
9. SNSの不用意/不適切な利用
10. 不適切な経理処理
11. 私的な利益追求(横領等)
12. 交通違反(飲酒運転等)
13. 性犯罪
14. その他の各種法令違反
15. ラグビーの価値を下げるすべての行動

- これまでに6人の逮捕者を出した「薬物問題」、多くのカテゴリーで発生していると考えられる「暴力行為」「ハラスメント」への対応強化が必須
- 「SNSの不適切な利用」、「不適切な経理処理」にも注意が必要

# パワー・ハラスメント

- スポーツにおけるパワー・ハラスメントとは、  
スポーツ活動において、同じ組織（競技団体、チーム等）で競技活動をする者に対して、
  - ①職務上の地位や人間関係などの組織内の優位性を背景に、
  - ②指導の適正な範囲を超えて、
  - ③精神的若しくは身体的な苦痛を与え、又はその競技活動の環境を悪化させる行為・言動等

## 事例 1（パワー・ハラスメント）

YさんがM高校のラグビー部での練習試合でゴール前で相手にハンドオフをして片手でトライした。試合後Yさんは両腕をテーピングで体に固定されボールを持って「ボールは両手で持ってプレーします。」と繰り返し言いながらグラウンドを何周も走らされた。

# セクシャル・ハラスメント

セクハラ（セクシュアルハラスメント）とは、職場や学校などで、相手の意に反する性的な言動によって、不快感を与えたり、就業環境を悪化させたりする行為のことです。

## セクハラの実義と具体例

セクハラは、性的な言動全般を指し、身体への接触だけでなく、言葉や態度、視線なども含まれます。人事院によると、性的な関心や欲求に基づくもの、性別による役割分担を意識したもの、性的指向や性自認に関する偏見に基づくものなどが該当します。

具体的には、以下のような行為がセクハラに該当する可能性があります：

### 身体への接触：

必要以上に体に触れる、性的な意味を込めて身体を撫でる、抱きつくなど。

### 言葉によるセクハラ：

性的な冗談を言う、性的な噂を流す、性的関係を強要する、相手の容姿や性的経験について詮索する、など。

### 視線によるセクハラ：

性的な意味を込めてじろじろ見たり、舐めるような視線を送ったりする。

### その他の言動：

性的な内容のメールやメッセージを送る、わいせつな画像や動画を見せる、性的な関係を強要する、など。

## 事例2（セクシャル・ハラスメント）

さんが遠征のバスのなかで飲み会の最中に  
女性会員のYさんに対して  
「川崎のお店は平日午前中に行けば割引で  
安く入れる。」

とか

「粘膜の触れあい的大事。」  
とかセクハラ発言があった。

## 【アルハラ】

アルハラとはアルコール・ハラスメントの略。  
飲酒にまつわる人権侵害です。命を奪うこともあります。

### •1.飲酒の強要

•上下関係・部の伝統・集団によるはやしたて・罰ゲームなどといった形で心理的な圧力をかけ、飲まざるをえない状況に追い込むこと。

### •2.イッキ飲ませ

•場を盛り上げるために、イッキ飲みや早飲み競争などをさせること。「イッキ飲み」とは一息で飲み干すことで、「早飲み」も同じこと。

### •3.意図的な酔いつぶし

•酔いつぶすことを意図した飲み会は、傷害行為にもあたる。ひどいケースでは吐くための袋やバケツ、「つぶれ部屋」を用意していることもある。

### •4.飲めない人への配慮を欠くこと

•本人の体質や意向を無視して飲酒をすすめる、宴会に酒類以外の飲み物を用意しない、飲めないことをからかったり侮辱する、など。

### •5.酔った上での迷惑行為

•酔ってからむこと、悪ふざけ、暴言・暴力、セクハラ、その他のひんしゆく行為。

出典：イッキ飲み防止連絡協議会「アルハラの定義5項目」（2003年3月一部改定）より

### 事例 3（アルコール・ハラスメント？）

Tさんが皆で泊まりがけでバーベキューに行った翌日の朝、隣で寝だしたSさんの腕に油性ペンで落書きをして、Sさんは気づかずにそのまま帰って行った。

（単なるいたずらで、ハラスメントには該当しない？ 傷害罪？）





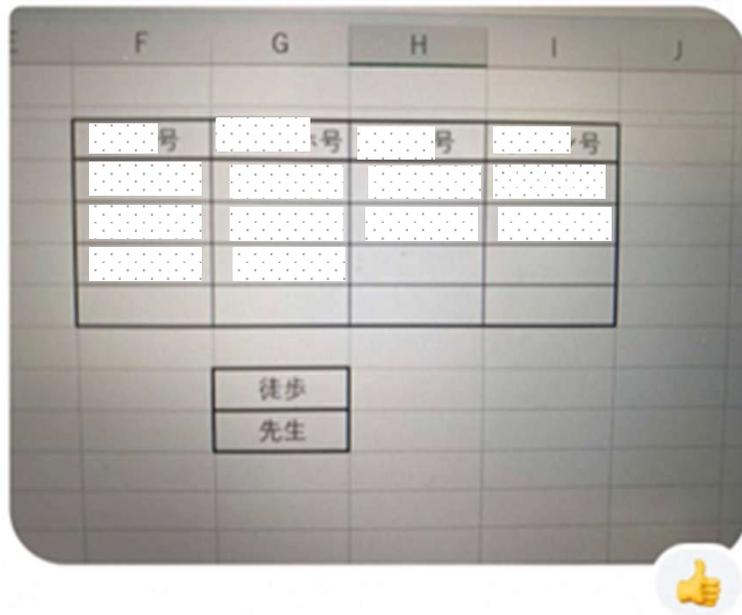
# モラル・ハラスメント

モラハラ（モラルハラスメント）とは、道徳や倫理に反する嫌がらせ行為を指し、精神的な暴力によって相手を追い詰める行為のことです。物理的な暴力は伴わないものの、言葉や態度で精神的な苦痛を与えることが特徴です。

モラハラは、職場や家庭など、閉鎖的な環境で起こりやすく、加害者・被害者ともに自覚がないまま、長期間にわたって続くことがあります。

## 事例4 (モラル・ハラスメント)

往路はなんでもいいですが、帰路はご自宅の場所でこんな配車がいいかなーと勝手に組みました↓



ありがとうございます😊

先生徒歩なんですか🥺



## 2. なぜSNSについて考えるのか？

ここでお伝えしたいこと。

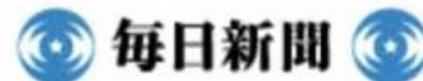
**自身の言動**が今後10年も20年も**デジタルで保存される時代**。  
**自分の価値や将来を守るために**、**“これまで”**と、**“これから”**の  
視点でSNSとの向き合い方を考えなければならない。



## 長崎県議、酔って列車内で懸垂 ツイッターで動画拡散し謝罪

12/14(水) 16:31 配信

26

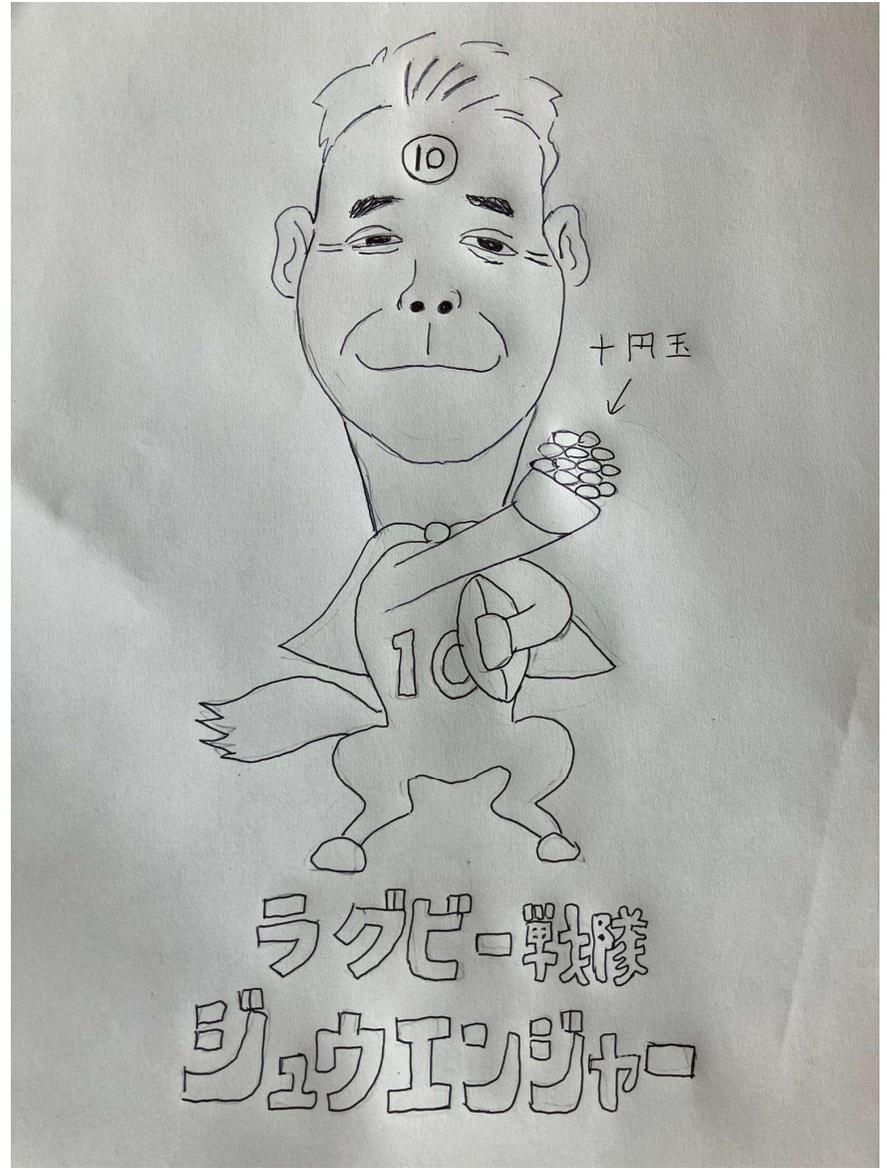


列車内で懸垂したことについて記者会見で謝罪する北村貴寿・長崎県議＝長崎市の県庁で2022年12月14日午後0時11分、中山敦貴撮影

長崎県議の北村貴寿（たかとし）氏（49）＝自民、大村市選挙区＝がJR九州の列車内で酒に酔って懸垂をした動画が短文投稿サイト「ツイッター」で拡散した。北村氏は14日、県庁で記者会見し、「公人として不適切でマナーに反する行為。県民や関係者に心からおわびする」と謝罪した。

北村氏によると、10日夜、同県諫早市で開かれた高校の同窓会で飲酒し、午後10時ごろ、諫早駅からJR大村線の快速に乗車。大村駅方面へ走行中の車内で、つり革を保持するつり手棒をつかんで数回、懸垂した。記者会見で「生ビールなど3、4杯を飲んでいたと思う。なぜ懸垂したか、記憶が定かではない」と述べた。

出典：Yahoo!ニュース（毎日新聞）





見直しその②

## “つながり”を見直す

ポイント1：知らない人とつながっていないか見直す

ポイント2：友人や知人の“なりすまし”がないか見直す

ポイント3：SNSが“つながりにくい設定”か見直す

→ 甘い言葉や誘惑にご注意を！モラルのあるつながりを！

# 友達

ユーザーを検索

## 友達リクエスト

すべて見る



共通の友達 4 人

4 週間

承認

削除

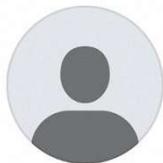


共通の友達 1 人

6 日

承認

削除



笹川龍則



共通の友達 82 人

37 週間

承認

削除



共通の友達 7 人

14 年

承認

削除



笹川龍則



共通の友達 87 人

47 週間

承認

削除

検索





貝沼 聡

投稿 写真 リール



貝沼 聡

16 友達 ・ 15 共通

友達を追加

メッセージ



投稿 写真

詳細

出身校: Gakushuin University

学習院高等科に在学していましたに在学していました

相模原市在住

# インテグリティ相談窓口

[https://www.rugby-japan.jp/support\\_center/](https://www.rugby-japan.jp/support_center/)



## 相談窓口の概要

公益財団法人日本ラグビーフットボール協会では、ラグビーにおける暴力行為等に関する相談に対応するため、暴力行為等相談窓口を設置します。本窓口では、皆さまからの相談に対し、外部の弁護士が相談を受けます。また、相談者の希望や事実の概要を踏まえ、必要な事案については事実確認を行い、暴力行為等が明らかになった場合は、必要な対応（指導・処分等）を行います。

設置場所	公益財団法人 日本ラグビーフットボール協会内
利用方法	メール



ご静聴ありがとうございました。