

学校現場における中・高生を対象とした熱中症対策に関する研究

野村 勇貴 (生涯スポーツ学科 学校スポーツコース)

指導教員 仲宗根 森敦

キーワード: 熱中症, ハンドブック, 中高生

1. 諸言

教育現場では、怪我に注意しても必ず怪我をする生徒がでてくる。保健体育の授業に関しては、怪我をしないことを大前提として行われる。筆者自身、教育実習やスクールサポーターで教育現場に携わる機会が多くあった。その中で、怪我をしないように注意をしても怪我や事故をしてしまう生徒は多くいた。このように怪我や事故を無くすことは不可能である。しかし、その大前提に気を付けて授業を行っても、生徒が怪我をしないということはまずあり得ない。しかし、死亡事故に関して言えば限りなく0にしなければならない。そこで筆者自身経験がある熱中症に着目した。教育現場における熱中症患者、熱中症死亡事故ともに中高生が9割以上の割合を占めており、中高生の熱中症患者数を減らすことが、教育現場における熱中症死亡事故0にするためには重要である。本研究の目的は、対象者を熱中症発生数の多い中高生に限定し、指導者へ向けたオリジナルのハンドブックを作成することである。

2. 研究方法

本研究の手順は以下の流れで行った。

(1) 既存のハンドブックの理解

既存の熱中症ハンドブックの内容を理解し、既存の熱中症ハンドブックの現状を把握する。実際私たちの生活の中で使われているハンドブックがどのようなものなのかを理解し、今後の対策や課題を見つける上の基準として既存のハンドブックを利用する。

(2) 既存のハンドブックと死亡事例による考察

死亡事例を読み、既存のハンドブックと照らし合わせ、欠点、改善点の考察を行う。実際ハンドブックに書かれている対策を行えば防げた可能性がある事例やハンドブックにさらに付け加えると有効な対策を表でまとめる。

(3) まとめ

今回の事例において出た修正すべき点や解決策をまとめ、文献などを利用し、独自の熱中症ハンドブックを作成する。

3. 結果と考察

本研究を通じて、死亡事例と既存のハンドブックを比較し、出てきた問題は、指導者の熱中症に関する知識不足と熱中症になったときの

不適切な対応である。実際に今回の事例の中で多かったのは、熱中症になった生徒から目を離し、手遅れになった事例や、熱中症になった生徒を休ました後に、回復したからといって再び練習に復帰させ死亡事故につながった事例まで、指導者の熱中症に対する低い意識が挙げられた。熱中症は最悪の場合死につながるものであり、生徒の体調に気を配りながら十分に気を付けなければならない。指導する側と指導される側には主従関係が成り立っている。生徒は、従わざるを得ない状況のなかで指導者に弱音を吐くことを躊躇してしまうのだ。指導者はそのことに注意し、生徒のことを第一に考え行動することが必要不可欠であろう。

4. まとめ

熱中症死亡事故の原因の多くを指導者の知識不足や不適切な対応が占めていた。そこで本研究では独自のハンドブックに「指導者の心得9ヶ条」を付け加えた。①「指導者は、生徒に熱中症に関する知識の徹底をさせること」②「体調の悪い生徒から目を離さない」③「体調不良者の運動を禁止し、安静させること」④「生徒の能力、体調を考慮し、十分な休憩を取り込んだメニューの作成」⑤「夏の初め、合宿初日の注意」⑥「練習復帰者の体調への配慮」⑦「自由飲水と強制飲水の併用」⑧「合宿中における生徒の疲労への考慮」⑨「暑い日のWBGT値の確認」以上の内容が指導者の心得である。今後は、実際にハンドブックを活用し、この検証をすることになる。指導者だけが熱中症対策に取り組むのではなく、生徒と信頼関係を築き、生徒と共に熱中症対策に取り組むことが挙げられる。今回の研究で作ることができた独自のハンドブックが、少しでも熱中症死亡事故0に貢献できれば幸いである。

引用参考文献

- 藤田紘一郎 (2010) 水と体の健康学, サイエンス・アイ社, 埼玉.
- 川西利昌 (2012) 紫外線・熱中症を防ぐ日除け, 技報堂出版, 東京.
- 三宅康史 (2012) 熱中症 Review, 中外医学社, 東京.
- 森本武利 (2007) 高温環境とスポーツ・運動, 篠原出版新社, 東京.