

重大な事故防止に向けた安全対策

【 27 フェンシング 】

1 競技特性

攻撃や防御などの剣操作はすべて利き手側でおこなわれ、競技中は絶えず前進後退を繰り返しながら相手との間合いや攻撃の機会をうかがい瞬時の突きや切りを入れる。フルーレ・エペ・サーブルの三種目あり、フットワークは前足から前進、後ろ足から後退の送り足が基本となる。特にサーブル種目では足を交叉させた前進は反則行為となる。基本的な攻撃動作であるファントでは脚を伸展させて踏み切って発生したパワーを前足で支え、素早く構えの体制にもどる。必要な体力要因としては敏捷性、瞬発力、持久力があげられる。過去においては用具の破損等による事故もあったあったが、現在では防具の性能が向上すると同時に、ブレード(剣)も素材の改善も進み、折れにくくなってきている。競技中の事故としては、十分な筋力がついていない中での練習の積み重ねの結果、腰痛・膝靭帯損傷・足首捻挫などが起きることが多い。

2 想定される事故事例と予防策

(1)主として施設・設備・用具が要因となって起こる事故

想定される事故やけがの原因(事例)	傷害例(重傷以上・軽傷)	予防策
- 床面の整備不足 - ピスト(試合場)の整備不足  ハイブリッドピスト - 施設内の室温 - 剣の破損 - マスクの破損 マスク金網の凹み パベットの劣化  	- 捻挫 肉離れ - 靭帯断裂 捻挫 - 熱中症 過換気症候群 - 擦過傷 眼球損傷 - 擦過傷 眼球損傷	- 床面がすべらないように、こまめにモップをかけ、滑り止め防止に努める。床板剥離による事故を防ぐため、練習前のコート点検。 - 競技中の床面の滑り防止においては、ロンリウムやハイブリッドピストなど専用の用具を常設することが理想である。(専用の道場を持たない限りは難しい。) - 専用の用具がない場合には、定期的な床のワックスかけ、シューズの汚れ落とし、汗等の拭き取りなどを励行する。 - 乾湿計を常設し、練習前にチェックする。風通しを良くし、室内温に注意する。熱中症の場合には、食塩水やクエン酸水など用意しこまめに補給させる。ユニホーム、プロテクター、メタルジャケット等緩めるなどし、熱放散に努める。 - 剣にヒビが入っていないか、錆びていないか、極端な曲がり方をしていないか等を点検し、不適切なものについては使用しないことを徹底する。 - 顔面・頭部の保護をしているマスクについては、エペ・サーブル競技では有効面とされ、攻撃の対象とされている。安全の保護が徹底されなければならない。マスクの金網の劣化、パベット(垂れ)のスポンジ・布の劣化、マスク脱落防止バンドの接着力の劣化等を点検し、不適切なものについては使用しないことを徹底する。 

想定される事故やけがの原因(事例)	傷害例(重傷以上・軽傷)	予防策
ユニホーム、プロテクターグローブの摩耗及び破損穴の開いたグローブ 		ユニホーム上衣、ユニホーム下衣、半プロテクター、グローブに擦り切れ箇所がないかどうかを点検し、不適切なものについては使用しないことを徹底する。特にユニホーム上衣の脇においては摩耗により薄くなるため念入りに確認したい。また、女子については胸パットを必ず着用させる。男女ともプラスチック製のプロテクターの着用を奨励する。 
審判器	捻挫 打撲	リールやコード類による転倒防止とし、テープなどで足にからまないよう固定する。 

(2) 主として活動内容が要因となって起こる事故

想定される事故やけがの状況(事例)	傷害例(重傷以上・軽傷)	予防策
フットワーク 	- 股関節炎(初心者) - 膝関節炎(前足) - 大腿(前足)肉離れ - 下腿筋膜炎(骨膜炎) - 足関節の腱損傷 - アキレス腱炎 - 足底のマメ(蹴り足側) - 腰痛	- フェンシング競技の構えの姿勢は極めて特殊であり、特に下半身の筋肉への負担は大きい。 - 無理のない筋力トレーニングを継続することが大切である。 - 下肢の筋肉(大腿四頭筋・ハムストリング)のストレッチを行う。 - 練習後、アイシングやストレッチを行う。
レッスン 	- 手指関節付近の神経圧迫によるバネ指 - 手のマメ - 突きによる打撲・皮下出血(防具をつけない上肢・下肢)	- 以下のレッスン・ファイティング時にも同様の傷害は予想される。 - 傷害が重くなってきた場合は、練習内容や練習量の見直しも必要である。 - 必ずマスクを付けて行う。 - 剣が折れる危険性がないか。 - 実際に剣を握って、突き合うことになる。剣の点検が重要である。 - 剣のポイントがあるか、壊れていないか確認。 - 剣のヒルト(握り)の長さが適当か。指がガードにぶつからないか。 - 相手との距離が近くて、突きで怪我を負わせる危険性がないか。突かれる側は、きちんと安全なプロテクターとマスクを着用しているか。剣が折れる危険性がないか。周囲の選手に当たらないような距離を保っているか。

安全確認チェックリスト

【 27 フェンシング 】

競技会名	
期 日	令和 年 月 日 ()
会 場	
記載者名	

区分	確認項目	✓
施設・設備・用具	ピストは整備されているか	
	湿気などで床が滑りやすくなってないか	
	審判器、コード類などは、安全な位置に設置されているか	
	剣、マスク、ユニホーム、プロテクター、グローブは整備されているか	
	剣は錆等で折れやすい状態になっていないか	
	マスクの金網が劣化し、剣が貫通する危険性がないか	
	マスクのバベット（垂れ）のスポンジが劣化していないか	
	マスクのバベット（垂れ）の生地が擦り切れていないか	
	マスクの脱落防止バンドの接着力が劣化していないか	
	ユニホームの下にプロテクターをきちんと装着しているか	
	ユニホームの脇が擦り切れていないか	
	グローブのほころびや穴がないか	
活動内容	ウォーミングアップ、クーリングダウンは十分か	
	十分な筋力トレーニングを行っているか	
	水分補給、休息は適切か	
	フットワーク時は周囲の選手に剣が当たらないような距離を保っているか	
	ポイントレッスン時では半プロテクターを着用しているか	
	ファイティング時ではユニホームを着用しているか	
	レッスン、ファイティング時ではマスクを着用しているか	
	オーバーワークトレーニングになっていないか	
	ファイティング時に、審判の位置は安全か	
環境条件等	緊急時の連絡体制は十分か	
	R I C E 処置など、応急処置について理解、実践できるか	
	医薬品などは準備できているか	
	水や氷の準備はできているか	
	A E D 設置場所を把握しているか	
発令アラート対応	主催者や指導者がJアラート発令時の対応を確認し、参加者等に周知しているか。	
	顧問不在時など想定される様々な場面での避難方法を、生徒等に指導しているか。	
	情報の収集や保護者への連絡方法を確認し、名簿等を準備しているか。	

反省・報告(事故、ヒヤリ・ハット含む)