



# 田園ラグビースクール

## 安全対策について

2026年4月改定

# 田園ラグビースクールの安全対策

□コーチは全員、SA(セーフティーアシスタント)講習を受講し、SA資格保持者とする。

## □練習時のメディカル体制について

- ・ミルキー・ミニ ドクター(村松、嘉山、福井)
- ・ジュニア トレーナー、樋口

## □医薬品等の準備

- ・各学年のメディカルバッグに最低限の物を入れておく。
- ・補充等は安全対策部会で実施。
- ・AEDはミルキー・ミニで1台、ジュニアで1台保有する。

## □健康上注意が必要な選手の情報管理

- ・保護者からの情報提供により、普段の練習から配慮する。  
(合宿等ではアレルギーなどに注意が必要。)

## □事故発生時の受診先(荏田グラウンドの場合)

- ・横浜新都市脳神経外科病院 24時間365日受付対応 045-911-2011(代表)

## □各練習場所のEAP作成

## 連絡体制(安全対策LINE)

1. メディカル関係者、各学年HC、事務局メンバーでLINEグループを作成。
2. 活動中に起きた怪我等などの情報共有を行う。
3. グラウンドにメディカル関係者が不在の際、現場での対応、病院受診するかどうか、受診先病院のアドバイス等をLINEでやり取りする。
4. 保護者からの報告等もLINEグループ内で共有しフォローする。
5. 3ヶ月ごとに怪我等の状況をまとめ、共有する。

# 荇田グラウンドEAP

- ・施設名称:( 清水建設荇田グラウンド )
- ・施設住所:( 横浜市都筑区荇田南町741-1 )

## 【近隣医療機関】

- ・横浜新都市脳神経外科病院  
※24時間365日受付対応  
045-911-2011 (代表)



# 新横浜公園第1運動広場EAP

- ・施設名称:( 新横浜公園第1運動広場 )
- ・施設住所:( 横浜市港北区小机町3300)

## 【近隣医療機関】

- ・横浜労災病院  
※緊急時24時間365日受付対応

045-474-8111(代表)



# 新横浜公園第2運動広場EAP



- ・施設名称:( 新横浜公園第2運動広場 )
- ・施設住所:( 横浜市港北区小机町3300)

## 【近隣医療機関】

- ・横浜労災病院  
※緊急時24時間365日受付対応

045-474-8111(代表)

# 赤田西公園EAP

- ・施設名称:( 赤田西公園 )
- ・施設住所:( 横浜市青葉区あざみ野南3丁目1-1)



## 【近隣医療機関】

- ・横浜新都市脳神経外科病院  
※24時間365日受付対応  
045-911-2011 (代表)

### 落雷発生時の対応(近くに安全な建物や乗り物がない場合)

- 近くに避難する場所がないような場合には、低い場所を探してしゃがむ (雷しゃがみ)など、できるだけ 姿勢を低くするとともに、地面との接地面をできる限り少なくします。
- 電柱、煙突、鉄塔、建築物などの高い物体のてっぺんを 45度以上の角度で見上げる範囲で、 その物体から4m以上離れたところに退避します。
- 高い木の近くは危険なので、最低でも木の全ての幹、枝、葉から 2m以上は離れましょう。

# 赤田東公園EAP

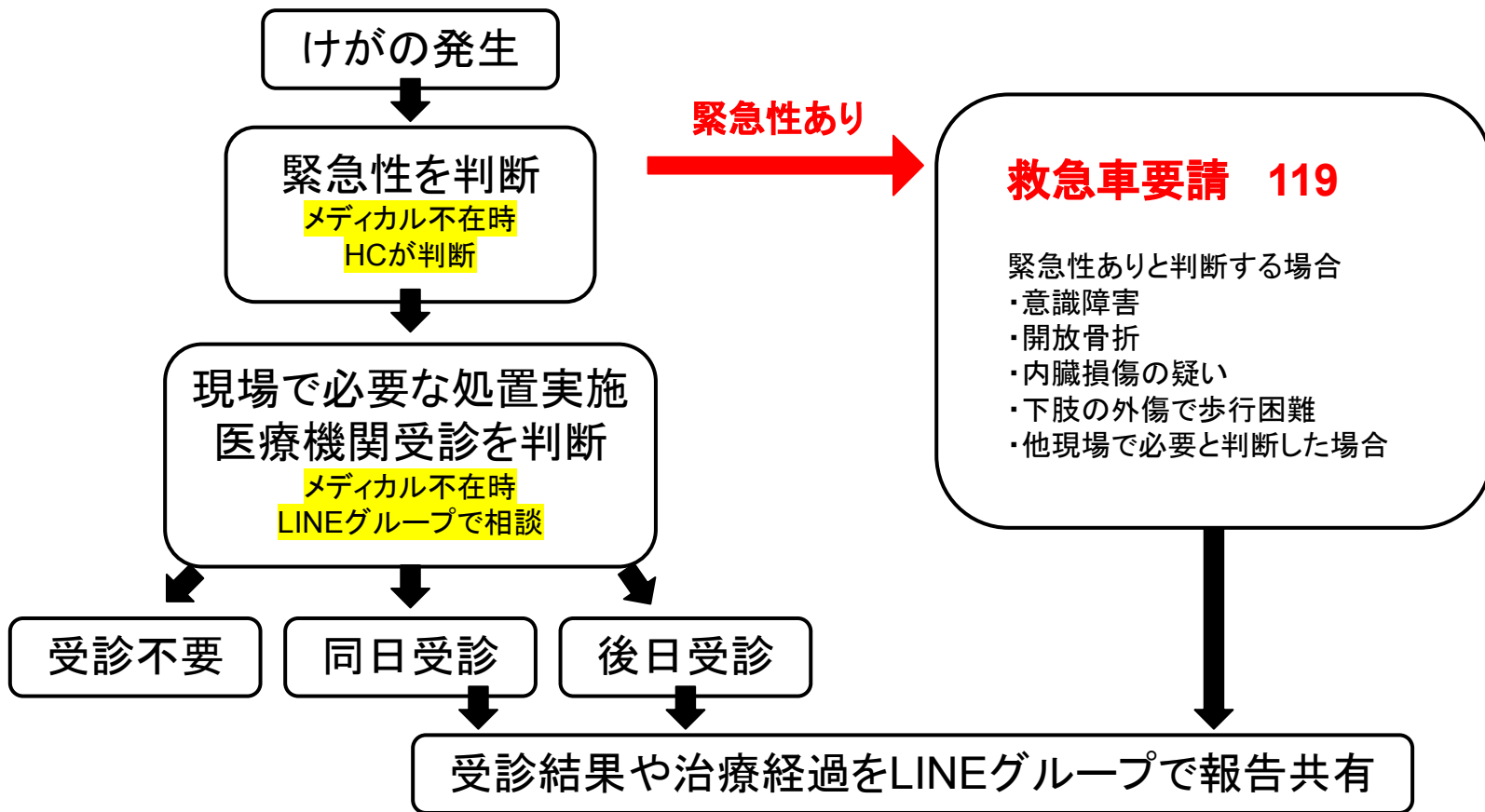
- ・施設名称:( 赤田東公園 )
- ・施設住所:( 横浜市青葉区あざみ野南1-4-1)



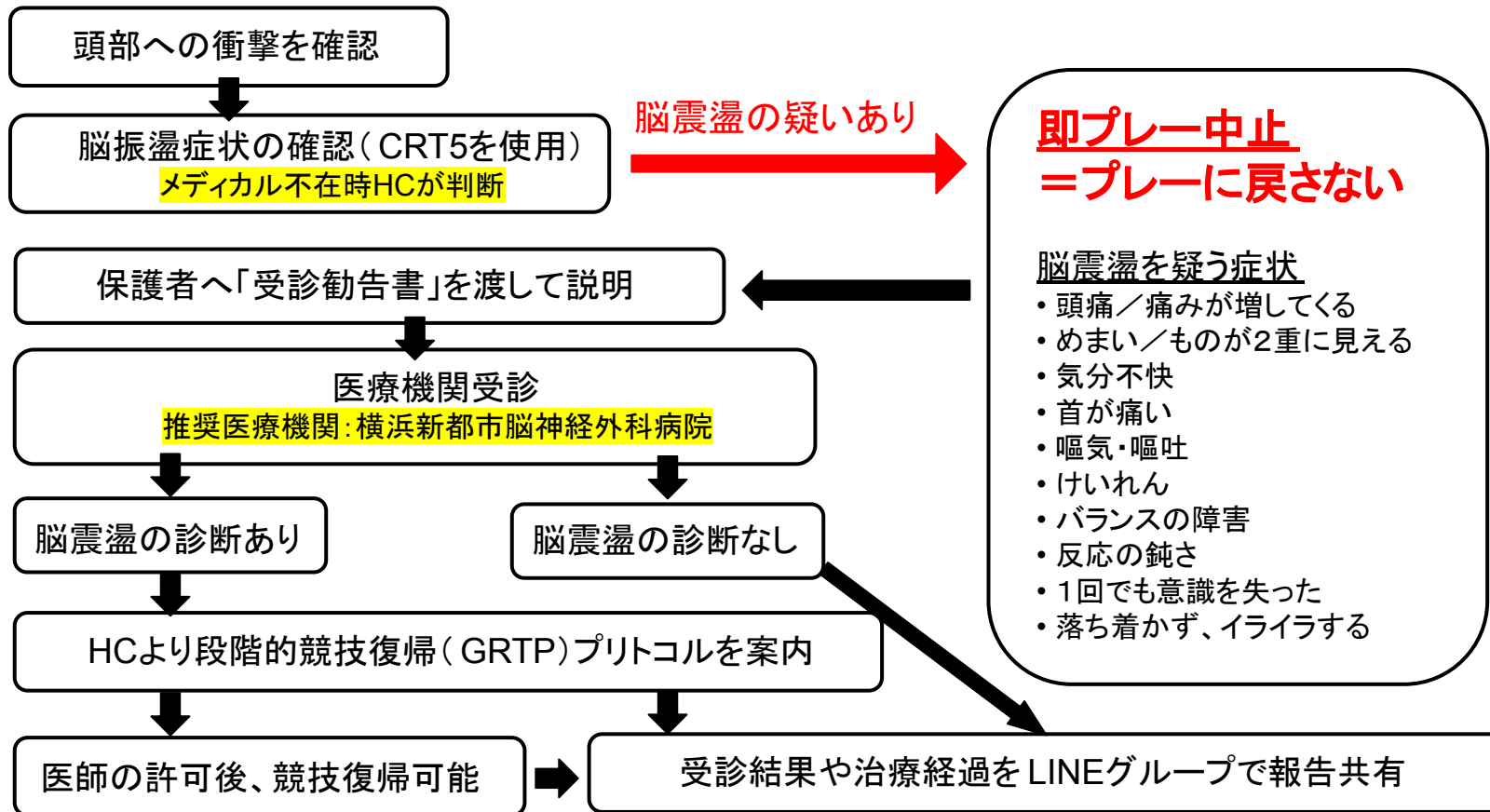
## 【近隣医療機関】

- ・横浜新都市脳神経外科病院  
※24時間365日受付対応  
045-911-2011 (代表)

# 外傷・けが フローチャート



# 頭部外傷（脳震盪） フローチャート



## 脳振盪を疑ったときのツール (CRT 5<sup>©</sup>)

子どもから大人まで 脳振盪を見逃さないために



### 脳振盪を疑ったら、速やかにプレーを中止する

頭を打つと、ときに命にかかわるような重い脳の損傷を負うことがあります。このツールは、脳振盪を疑うきっかけになる症状や所見についてご案内するものですが、これだけで脳振盪を正しく診断できるわけではありません。

#### ステップ1：警告－救急車を呼びましょう

以下の症状がひとつでもみられる場合には、選手を速やかに、安全に注意しながら場外に出します。その場に医師や専門家がいない際には、ためらわずに救急車を呼びます。

- くびが痛い／押さえると痛む
- 一瞬でも意識を失った
- ものがだぶって見える
- 反応が悪くなってくる
- 手足に力が入らない／しびれる
- 嘔吐する
- 強い頭痛／痛みが増してくる
- 落ち着かず、イライラして攻撃的
- 発作やけいれんがある

#### 注意

- 救急の原則（安全確保>意識の確認>気道／呼吸／循環の確保）に従う。
- 脊髄損傷の有無を早期に評価することはとても重要。
- 応急処置の訓練経験がない人は、（気道確保の際を除き）選手を動かさない。
- 応急処置の訓練経験がない人は、ヘルメットなどの防具を外さない。

ステップ1の症状がなければ、次のステップに進みます。

#### ステップ2：外から見てわかる症状

以下の様子が見られたら、脳振盪の可能性があります。

- フィールドや床の上で倒れて動かない
- 素早く立ち上がれない／動きが遅い
- 見当違いをしている／混乱している／質問に正しく答えられない
- ボーっとしてうつろな様子である
- バランスが保てない／うまく歩けない
- 動きがぎこちない／よろめく／動作が鈍い／重い
- 顔にもけがをしている

#### ステップ3：自分で気がつく症状

- 頭が痛い
- 頭がしめつけられている感じ
- ふらつく
- 嘔気・嘔吐
- 眠気が強い
- めまいがする
- ぼやけて見える
- 光に過敏
- 音に過敏
- ひどく疲れる／やる気が出ない
- 「何かおかしい」
- いつもより感情的
- いつもよりイライラする
- 理由なく悲しい
- 心配／不安
- 首が痛い
- 集中できない
- 覚えられない／思い出せない
- 動きや考えが遅くなった感じがする
- 「霧の中にいる」ように感じる

#### ステップ4：記憶の確認（13歳以上の選手が対象です）

以下の質問（種目により修正が可能です）に全て正しく答えられないときは、脳振盪を疑います。

- 今日はこの競技場／会場にいますか？
- 今は試合の前半ですか、後半ですか？
- 先週／前回の対戦相手は？
- 前回の試合は勝ちましたか？
- この試合で最後に点を入れたのは誰ですか？

#### 脳振盪が疑われた場合には…

- 少なくとも最初の1～2時間は、ひとりきりにしてはいけません。
- 飲酒は禁止です。
- 処方薬も市販薬も、原則として飲んではいけません。
- ひとりで家に帰してはいけません。責任ある大人が付き添います。
- 医師からの許可があるまで、バイクや自動車を運転してはいけません。

このツールはこのままの形であれば、自由に複写して個人やチーム、団体、組織に配布していただいてもかまいません。ただし、改訂や新たな電子化には発行元の許可が必要で、いかなる内容変更も再商標化も販売も禁止です。

脳振盪が疑われた場合には、競技や練習をただちに中止します。たとえすぐに症状が消失したとしても、医師や専門家の適切な評価を受けるまで、プレーに復帰してはいけません。

# 頭部外傷(脳震盪)

## 救急車要請が必要



- 持続する意識障害
- 呼吸障害
- 手足の麻痺
- 言語障害
- けいれん
- 繰り返す嘔吐
- 瞳孔不同

## 病院受診が必要



- 意識消失があった
- 外傷後の記憶がはっきりしない
- これまでにない頭痛あるいは持続する頭痛
- めまい・ふらつきや複視
- 麻痺(手足に力が入りにくい)やしびれ
- 興奮や混乱がある
- 何度も繰り返している脳振盪

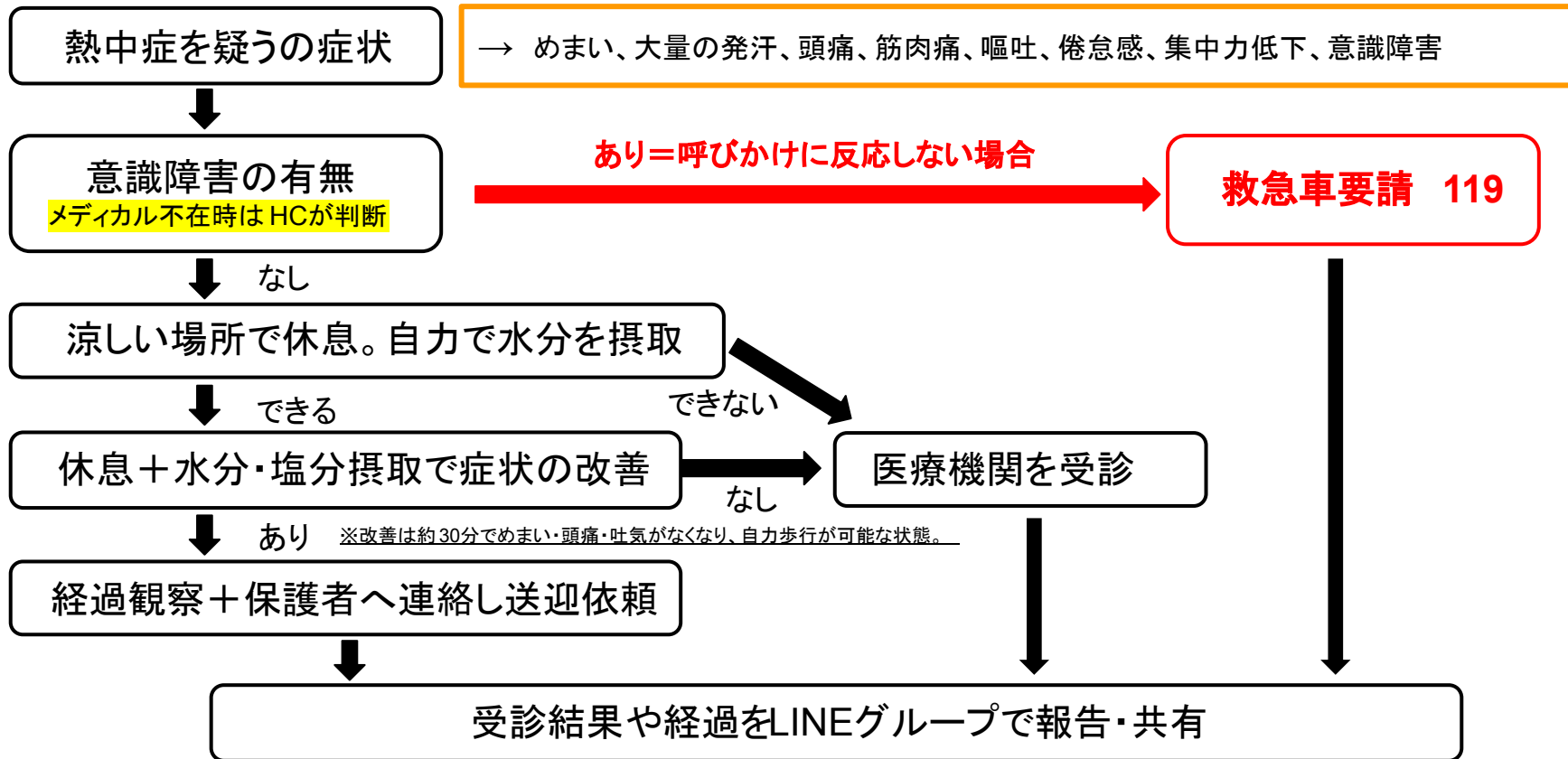
# 段階的競技復帰(G RTP)

## プレーヤーが中学生以下の場合

- ・SCAT5の利用を推奨(8~12歳ではChild SCATを利用)
- ・受傷後24時間は症状が悪化しない程度の日常活動を行う(ステージ)
- ・その後day16まではステージ2にとどまる(ステージ2Aと2Bは同じ日に実施可能)
- ・day16以降、症状がない場合は2日間ずつかけてステージ5まで進む
- ・day23に試合復帰可能(ステージ6)
- ・次に進んだステージで症状がでたら一つ前のステージにもどる

Day	G RTP	リハビリ項目
0	1	受傷から24時間は完全な身体的認知的安静
1-13	2a	2a
14	2a	受傷時刻(例えば昼間)によっては14日経過しているので2aから2bへ進めるが、夜間の受傷では14日経過しないので2aを継続。よって一律Day14は2aとする。
15-16	2a→2b	症状がなければ2bに進む
17-18	2b→3	症状がなければ3に進む
19-20	3→4	許可があり、症状がなければ4に進む 段階4終了後 症状なければ医師の許可(復帰証明)を得る
21-22	4→5	許可があり、症状がなければ5に進む(最長2日間のフルコンタクト練習可能) 段階5終了後 症状なければ医師の許可(復帰証明)を得る
23	5→6	症状がなければ6に進む(この日の試合出場可)

# 熱中症 フローチャート



# メディカルバッグ内の備品

## 応急手当セット

	内容	必要数
1	はさみ	1個
2	爪切り	1個
3	絆創膏（小）	5枚
4	絆創膏（中）	5枚
5	絆創膏（大）	5枚
6	滅菌ガーゼ	5枚
7	サージカルテープ	1個
8	圧迫用包帯	1個
9	手指用テーピング	1個
10	三角巾	2個
11	ティッシュ	1パック
12	氷嚢	1個
13	ビニール手袋（感染予防）	1個
14	ビニール袋（ゴミ用小）	10枚
15	エチケット袋（嘔吐用）	2枚

- 安全対策部会にて定期的に確認を行う。
- 備品類はまとめて購入し荏田倉庫内で保管する。
- 不足品や購入希望品がある場合は、安全対策部会及び事務局にて選定、購入する。

