

葉山中学校 部活動規約

2026. 1

1. 基本方針について

- (1) 全教員が顧問となり、教育活動の一環として実施し、校則を守り、中学生らしい健全な活動を行う。
- (2) 学年、学級の所属を超えて、共通の興味・関心を持つ者同士が協力し、自分の趣味や特技を伸ばす。
- (3) 望ましい集団活動の一環として、心身の発達や個性の伸長を図り、連帯性を育成し、自主的に考え、行動する態度を身につける。
- (4) 部活動への加入は任意とする。ただし、下記の部活動を複数兼ねることはできない。
- (5) 活動に関しては、スポーツ庁の『運動部活動の在り方に関する総合的なガイドライン』に準ずる。
- (6) 教員および指導者はすべて、“暴力の根絶とグッドコーチに向けた提言”をめざして研修や研鑽を進めるものとする。

2. 葉山中学校部活動と主な活動場所について

分類	主な活動場所	部活動名
運動部	グラウンド	陸上部
		サッカーチーム
	テニスコート	女子ソフトテニス部
	プール	水泳部
	柔道場	柔道部
	体育館	卓球部
		男子バスケットボール部
		女子バスケットボール部
文化部	音楽室他	吹奏楽部
	理科室	科学部
	美術室	美術部

3. 部活動の活動時間について

- (1) 活動時間は平日2時間、休日・祝日は3時間以内とする。

- (2) 生徒の下校時間については以下のとおりとする。

通常部活動		延長部活動	
活動終了時刻	完全下校時刻	活動終了時刻	完全下校時刻
16:30	16:45	17:00	17:15

※活動終了時刻については、最大活動時間とし、その日の天候等により変更することがあります。

※17:30～19:00は地域部活動が施設活用できる時間としています。

*落雷、豪雨などの気象状況や熱中症対策として活動日、活動終了時刻および完全下校時刻を変更する場合があります。

*気象庁、環境省等の情報サイトを参考に、翌日の活動を予め制限するなど熱中症を含めた事故の予防に努めます。

●全校一斉の措置をとる場合は **tetoru** にて部活動時間の変更を保護者へ周知する。

- (3) 各部活動において最大30分の延長を認める。延長に係る手続きは以下のとおりとする。

①延長の有無は各部顧問が判断し、毎月の練習計画に明記し、保護者にも知らせる。ただし、原則、秋季大会～1月の期間については、延長を行わないものとする。

②延長を実施する部活動は、入部届（部活動に関する届）や転部届とあわせて、延長部活動参加の同意確認を行う。（参加同意欄のチェックの有無による）

③年度途中から延長部活動参加に同意する生徒・保護者は延長部活動参加確認表を顧問に提出する。

(4) 延長部活動に係る申し合わせ

- 下校指導、施錠は各部活動で行うこと
- 生徒の延長部活動への参加を強制することのないようにすること。
- 年度途中での変更は任意とする。
- 生徒が家庭の事情等で欠席する場合は、顧問に伝えるように指導すること
- 延長部活動参加確認表は年度ごとに更新すること。

夏期休日の部活動の指導について

本校では、熱中症の発生が心配される時期（6月から9月）の部活動の基本的な運営の在り方を次のように申し合わせています。

- ・暑さ対策としておおむね6月中旬から9月末まで、休日の部活動を基本午前中とする。
- ・暑さ指数計で計測し、暑さ指数が31を超えた場合は、午前中であっても活動を中止する。
- ・場合によっては、大会、強化練習会等で活動が午後に及ぶこともやむを得ないが、十分な熱中症対策と生徒および教員の回復措置を講じる。
(ただし、練習試合は午前中の活動時間を基本とし、大会、強化練習会と扱いを同じにしない。)
- ・大会、強化練習会などが1日に及ぶ場合、平日の活動時間を短縮する、平日の休養日を増やすなどして疲労が蓄積しないよう回復措置を講じる。
- ・活動中、活動後に冷房の効いた部屋を用意し、適切にクールダウンする。

4. 部活動停止日について

- (1) 定期テスト1週間前からテスト終了日までを学習に専念するため、活動を休止する。
- (2) 毎日の始業前の早朝練習は、原則実施しない。
- (3) 平日1日と週末日のいずれか1日、計2日以上を「部活休止日」とする。
- (4) 全職員の関わる会議・研修、全職員が出る研修等のときは活動しない。

5. 部活動に係る届について

届名	内容	手続きが必要な担当
「部活動に関する届」	年度当初に部活加入、非加入の確認を行う 延長参加同意の確認	学級担任・所属する部顧問
「入部届」	新規に入部する際に提出する。 延長参加同意の確認	学級担任・入部する部顧問・部活動担当
「転部届」	異なる部活動に変更する際に提出する。 延長参加同意の確認	退部する部顧問・学級担任・入部する部顧問・部活動担当
「退部届」	部活動をやめる際に提出する。	退部する部顧問・学級担任・部活動担当
「 延長参加同意確認届 」	延長部活動に参加する際に提出する。	所属する部顧問

※各届は、部活名、入・転・退部理由を書き、保護者の同意のうえに届を提出させる。

6. 新設について

- ①担当する職員がいること。
- ②活動したいと希望する生徒が10名以上いること
- ③運動部球技種目（団体）は公式試合の出場人数を上回っていること。

以上の①②③の条件がすべて満たされた場合に、新年度当初の職員会議において、職員構成、部の特性を考慮し、新設するかを決定する。

※廃部後、再度同じ部活動を新設する場合は、廃部後2年を経過したのち、上記のとおり新設について決定する。

7. 廃部について

①運動部は、2年連続で部員数が公式試合の出場人数に満たない場合

②文化部は、3人未満となった場合

以上の①②の条件のうちいずれかの場合は当該部活については廃部とし、次年度から新入生の募集は行わない。

※全員が引退する年まで活動は認める。

※年度途中に部員数が必要人数を下回った場合、現年度を1年目とする。

※部員数が0人になった場合は、その時点で廃部とする。

例) サッカーボークス (公式試合出場人数・・・7人)

年度	2025 年度		2026 年度		2027 年度		2028 年度	
月	4月	9月	4月	9月	4月	9月	4月	9月
部員数	11人	5人	6人	3人	3人	1人	1人	0人
3年	6人	引退	3人	引退	2人	引退	1人	引退
2年	3人	3人	2人	2人	1人	1人	—	—
1年	2人	2人	1人	1人	—	—	—	—
	○	1年目	2年目廃部決定	募集なし	募集なし	募集なし	募集なし	廃部

6. 予算配分及び部費に関することについて

○毎年、教育後援会からの援助金が各部の部員数をもとにして、配分する。

○援助金以外に生徒から部費を徴収することに関しては、各部顧問にて決定する。

○ただし、年間を通じて部費を徴収する場合は、公印にて通帳を作り、支出に関しては管理職の許可を得て行うこと。また、会計報告も行うこと。

○遠征の交通費や物品販売に関わる集金などはこの限りではない。

7. 更衣について

部室にスペースのある場合は、部室を利用すること。また、部室に余裕のない場合は教室を利用してもよいが、各自の荷物は必ず活動場所に持参すること。また、活動終了後、教室へ戻らないようにすること。

8. 社会体育活動参加者の中体連行事の参加について

- (1) 部が設置されていない競技種目（個人種目等）についても、保護者の引率体制が確保できる場合は、中体連の大会に参加することを認める。ただし、本校以外の中体連登録の団体（地域部活動も含む）からの出場に関しては年度当初に学級担任に申し出ること。（担任→部活動担当および管理職）
- (2) 部が設置されていない競技種目で、春季、夏季、秋季総合体育大会等に本校からの参加を希望する場合は、それぞれの大会の約1ヶ月前には、学級担任に申し出ること。
- (3) 本校運動部に所属している生徒については、原則として部が設置されていない競技種目での本校からの参加は認めない。

9. 下校指導への協力

部活終了時の下校指導を各部顧問でご協力お願いします。

10. 「部活動」に係るの担当者等の割り当てについて

(1)「校務分掌」における部活動担当	校内部活動担当は2名で構成し、特別な事情がない限り任期を2年、毎年1名ずつ交代していく。
(2)体育館割り当て担当者(輪番制)	卓球男女(23) →バスケットボール女(24) →バスケットボール男(25) →卓球男女(26) →バスケットボール女(27) →バスケットボール男(28)

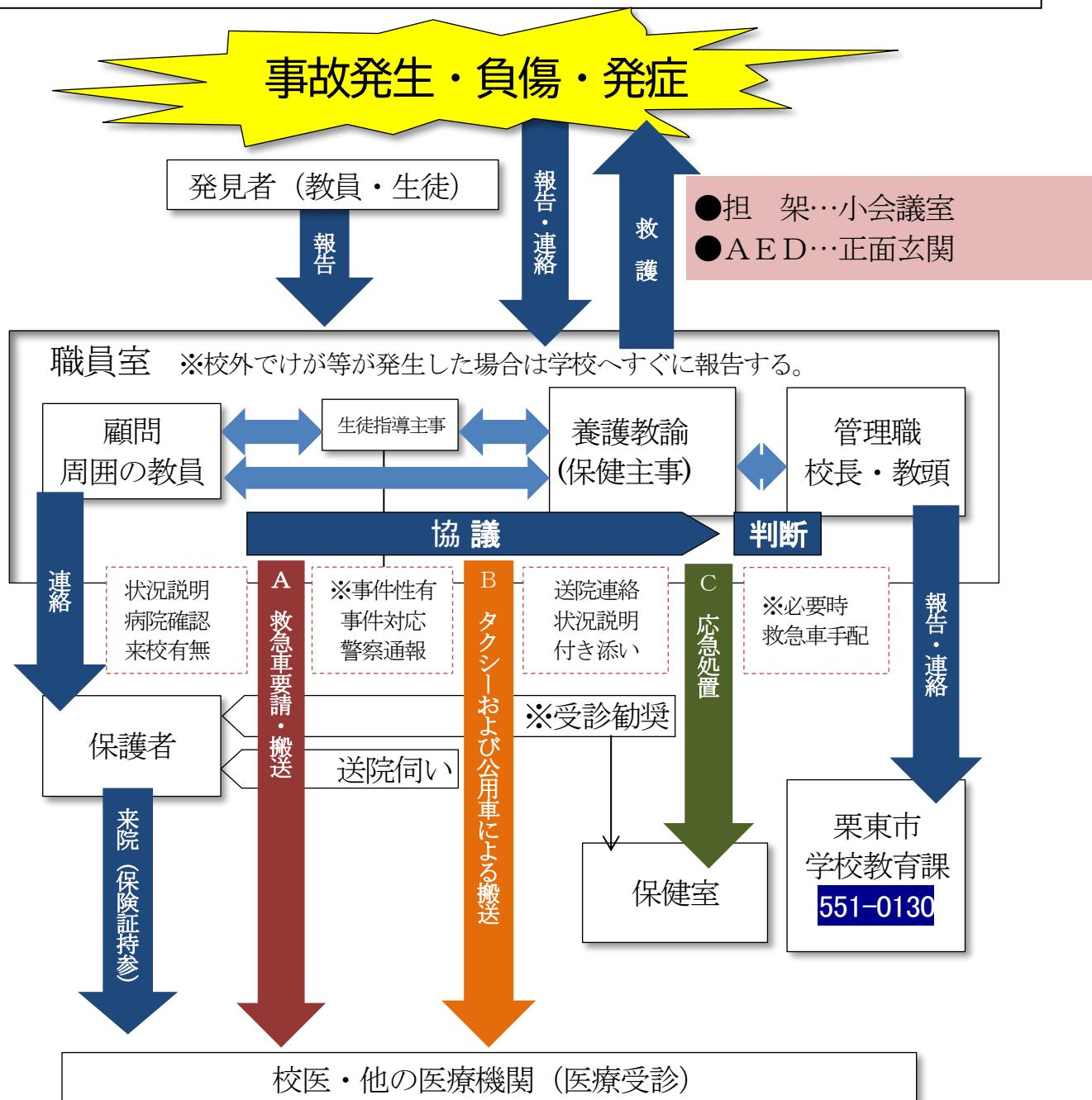
(3)教育後援会の近畿大会 補助金及びユニホーム代	水泳・テニス(23) →剣道・吹奏楽(24) →陸上・バスケット女(25) →サッカー・バスケット男(26) →卓球・美術・科学(27) →水泳・テニス(28) →剣道・吹奏楽(29) →陸上・バスケット女(30) →サッカー・バスケット男(31) →卓球・美術・科学(32)
------------------------------	--

11. その他生徒の安全な活動に関する確認事項

- 活動中に事故等が発生したときは対応マニュアルに沿って対処すること。
- 練習、試合等でけが等が起きた場合、必ず養護教諭に連絡し、手続きをする。
※休日の部活動または長期休業中は必ず状況をメモを取り、速やかに養護教諭に連絡する。
- 活動中に発生した事故については、救急搬送を伴った場合に限らず、事故速報を作成し、管理職を通じて市教委へ報告する。
- 各自の荷物は活動場所まで持っていく。(自転車庫などに置きっぱなしにしない)
- 祝日、土日、長期休業中の鍵の貸し出しは、顧問から直接行うようとする。安全面を考え、他の部の顧問から渡さない。
- 祝日、土日、長期休業中は昇降口の鍵は生徒が来た時点で一旦施錠するようにする。
- 休日の体育館のシャッターはAEDを使う可能性も考え、半分あけておく。顧問で校舎内に入らないように指導をしておく。ただし、体育館入口の扉は生徒が来た時点でいったん施錠する。
- 校舎内での活動後は、必ず顧問が活動場所の施錠を確認する。
- 部活終了時刻までにすべての活動を終える。
- 祝日、土日、長期休業中の欠席連絡等について各部活で徹底しておく。(学校には連絡できない。)
○t e t o r u で部活動の緊急連絡等を行うときは、管理職に配信許可を申請すること。

部活動中の事故等対応マニュアル

軽度の擦り傷や打撲などの処置は、できるだけ救急セット等を各部で準備し行うようにする。判断ができない怪我の場合や熱中症等で症状が重症化する恐れがある時は、養護教諭に相談する。養護教諭が不在で緊急対応が必要な時は救急車を呼ぶ。(校内救急体制に準ずる)



役割分担

119番通報者・救急車誘導	保健主事・駆けつけた職員
被災生徒保護 (救急処置等)	養護教諭・駆けつけた職員
他生徒管理	駆けつけた職員
被災生徒家庭連絡	顧問または、学級担任、養護教諭
対応・処置・時間等の記録	管理職・駆けつけた職員

救急車をよぶとき！

呼ぶ	●落ち着いて、119にかけます。(携帯電話からでもOK)	
	①〇〇消防署です	救急です！救急車をお願いします。
	②あなたは？	葉山中学校の〇〇〇〇です。
	③所在地は？	栗東市六地蔵888番です。
	④電話番号は？	077-554-0030です。
	⑤どんな状況ですか？	負傷者の数、名前、性別、年齢、事故等発生後の状況等、できるだけ詳しく、簡潔に説明する。
	⑥救急車の進入口は？	救急車の進む入経路を伝える。
待つ	①状況を知っている目撃者などは、その場に残し、状況を確認しておく。 ②緊急連絡カード（コピーも可）の準備をし、救急隊員に渡す準備をしておく。	
渡す	①緊急連絡カード（コピーも可）を渡し、状況を説明します。 ②（分かれば）搬送先の病院名を聞いておく。（→保護者へ連絡） ③養護教諭、部活顧問など、医師に状況を説明できる者が同乗する。	

◇持ち物 ①緊急連絡カード ②連絡用携帯電話

◇保護者への連絡は、不安が膨らまないように話をする。

◇決めつけた事故概要は話をしない。

保護者に連絡をするとき！

連絡	●落ち着いて、保護者にかけます。	
	1. あなたは？	葉山中学校の〇〇です。
	②状況を説明する。	いつ（時間）誰が（〇年〇組〇〇〇〇）どうした 今の状況（意識はありますか or ありません） 症状を知らせる
	③病院受診の確認	①かかりつけ医はありますか？（希望する病院の有無） ②来院できますか or 来校できますか？ ③保険証を持参してください。（依頼する）
確認	病院に受診依頼をし、受け入れが可能か確認する。	
連絡	受診する病院が確定したら、保護者に再度、連絡をする。	

応急処置！

※フローチャート参照

お ち つ い て ！	大量出血	清潔なタオル、ガーゼ等で出血部を圧迫止血する。 出血部位を高くする。
	心臓停止	ただちに胸骨圧迫（胸の真ん中あたり）を行う。 強く（成人は少なくとも5cm、小児は胸の厚さの約1／3） 速く（100～120回／分） 絶え間なく（中断を最少にする） AEDを装着する。
	広範囲やけど	直ちに水で冷やす。（衣服は無理に脱がさない）
	ショック症状	足を頭より高く上げた体位で寝かせ、毛布で保温する。 嘔吐が疑われる場合は、顔を横向きにする。
	歯が抜けた	すぐにティースキーパー（歯の保存液）に入れ、歯医者を持って行く。ティースキーパー（歯の保存液）がない場合は、本人の口中に入れておくか、牛乳の中に入れて受診する。

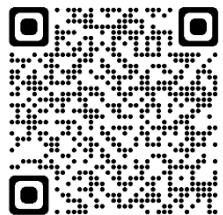
学校教育活動等における熱中症事故防止に向けた対応について

熱中症対策強化のため気候変動適応法等の改正が昨（令和6）年より行われ、熱中症特別警戒情報（通称：熱中症特別警戒アラート）が法的に位置づけられました。

1. 热中症特別警戒アラートとは

- 以下の条件を満たす場合に環境省より**14時頃に発令**されるものです。
 - 翌日の県内すべての観測地（暑さ指数情報提供地点）において、最高暑さ指数（WBGT）が**35(予測値)**に達する場合

参者：環境省熱中症予防情報サイト →



2 热中症特別警戒アラートが滋賀県に発令された場合の対応

- ①原則、臨時休校とします。
②休校しない場合は、行事の変更・中止・延期を行います。
③臨時休校や行事実施の判断等について、発令同日中にメールにより連絡します。

※中学校体育連盟に関する大会については、大会本部関係者等により対応が判断されます。

3. 暑さ指数(WBGT)の段階による学校の対応

レベル	暑さ指数 (WBGT)	対応
熱中症特別警戒アラート	県内すべての観測地にて35以上を予測	①原則臨時休校とします。 ②休校しない場合は、行事の変更・中止・延期を行います。
熱中症警戒アラート	県内いずれかの観測地にて33以上を予測	熱中症対策を講じながら教育活動を行います。
危険	31以上	活動前の暑さ指数を測定し、状況に応じて外での活動を取りやめたり、活動内容を変更したりする場合があります。
厳重警戒	28以上31未満	
警戒	25以上28未満	
注意	25未満	

暑さ指数(WBGT)に応じた対応・判断と役割

※6月中旬から9月は平日午前1回、午後1回の実測を行います。

暑さ指数 WBGT	分類	対応	管理職	行事等の責任者	担当者 学級担任・教科担任・顧問など
35以上 熱中症特別警戒情報発令	ア 屋内外で身体を動かす活動 体育フェスタ・フェスタ練習・ 体育授業・運動部活動・校外学習 等	中止 ※実測値に関わらず ※熱中症特別警戒情報 …前日午後2時	原則休校 ※前日午後2時までの発令 により「安心メール」で保護者に連絡	日程変更等を検討 ・管理職と今後の協議 ※中止・延期・オンライン活用も含めた内容変更等の検討を含む →決定事項を職員・保護者・生徒に連絡	必要に応じて健康観察等の連絡・確認を行う。
	イ 屋内の活動 始業式・終業式・全校集会・ 学年集会・講演会 等				
33以上	ア 屋内外で身体を動かす活動	中止 ・別日へ変更し、涼しい室内での活動に切り替える。 内容によってはオンライン実施	中止を指示し、責任者等と今後の実施協議・決定する ※「安心メール」の発信	管理職等と今後の実施協議 ・決定する →決定事項を職員・保護者・生徒に連絡	変更内容にしたがって連絡等にあたる。
	イ 屋内の活動		原則中止だがオンライン実施などが可能なら行う	管理職等と協議・決定する →決定事項を職員・保護者・生徒に連絡	変更内容にしたがって連絡し、オンライン実施等をする。
31以上	ア 屋内外で身体を動かす活動	中止・避難 ・活動中の場合はWBGT31以下の室内へ避難。室内の活動に切替。 ・実測で31未満となった場所は再開可能。	中止・避難を指示する。 ※避難後、健康観察を指示し、場合によっては救急対応を行う。 ※活動再開については実測値とともに担当者等の申し出があれば許可する	避難指示 ・全員への健康観察を実施し結果を報告 ※養教等の指示で救急対応を含めて体調不良者は保護者連絡の下校措置は管理職と協議 →決定事項を職員・保護者・生徒に連絡	○避難指示・避難完了報告 ・健康観察を実施し結果を報告 ※養教等の指示で救急対応を含めて体調不良者は保護者連絡の下校措置は管理職と協議 →決定事項を職員・保護者・生徒に連絡 ・室内活動等の指示と実施 ・実測で31以下となった場所は再開申請をしてもよい
	イ 屋内の活動				
28以上	ア 屋内外で身体を動かす活動	×激しい運動 ×持久走 休憩の目安:10～20分 水分、塩分補給を行なう	状況把握に努め、適宜必要な指示をする ※活動時間の短縮等も検討する	・生徒全員の健康状況の把握 ・活動場所の定期的な実測 ※活動時間の短縮等も検討する	・生徒への体調管理の指示 ・生徒の健康状態の観察 ・活動場所の環境調整 ・状況に応じた報告
	イ 屋内の活動			・体調不良者の把握 ・活動場所の環境調整 ※活動時間の短縮等も検討する	

栗東市立学校 熱中症対策ガイドライン

「栗東市立学校 熱中症対策ガイドライン」にしたがって体育的な活動や部活動等を実施し、熱中症予防に努めます。

栗東市立学校・熱中症対策ガイドライン

Vol. 2025

栗東市教育委員会事務局学校教育課

1. 基本的指導事項

- ①児童生徒の安全確保を最優先にした指導を行う。
- ②時差熱中症を避けるため、激しい運動や過度の負荷がかかる運動を行った後は適切な休憩とこまめな水分補給を行う。
- ③暑さ指数（WBGT）により可否判断は下記を参照する。

2. 暑さ指数と運動の目安

暑さ指數 (WBGT)	屋外・屋内 ※冷房の効いた部屋でも暑さ指數を計測	外遊び (指導者なし)	その他
熱中症特別警戒情報発令 35以上	中止(実測値にかかわらず) ※熱中症特別警戒情報…前日午後2時		原則休校
33以上	中止		下校を遅らせることも検討 (各校判断)
31以上	中止		下校を遅らせることも検討 (各校判断)
28~31 以上	×激しい運動 ×持久走 休憩の目安:10~20分 水分、塩分補給を行う	▲全員参加型 暑さが苦手な児童・生徒へ配慮が必要	

3. 热中症特別警戒情報発令時について

- ①部活動の遠征、大会等においては地域の状況や主催側の判断をもとに検討する。
熱中症対策が徹底できない場合は参加しない。
- ②午前中から暑さ指數が31を超えてしまう日がある場合、給食後下校となるとかなり暑い時間帯の下校になることも考慮する。
- ③学区によっては、長距離を歩くまたは自転車で登下校する児童生徒がいることを考慮する。
- ④保冷グッズや日傘の活用、体調不良時はお迎え要請など登下校の熱中症対策には限界があること考慮する。

4. その他

- ①活動場所で熱中症計を設置し、定期的に数値を確認する。特に運動会や体育大会当日、練習中も暑さ指數計で計測しながら実施する。
- ②児童生徒に、熱中症による命の危険があることを指導し、水分補給、休憩で体調管理を心がけ、自分たちでも命を守る行動がとれるようにする。

熱中症対応フローチャート

部活動を含む校内外での教育活動等における熱中症発生時には対応フローチャートにしたがって対応します。

※この対応については教職員・外部指導者等が対象となった場合も同様します。



〈夏季特別対応期間〉

期末保護者懇談会(7月)

～懇談会期間の日課～
4枚時終了時刻 12: 20
12:20～13:00 給食
13:00～13:15 帰りの会(基礎学習を含む)
13:30 一般下校
13:30～15:30 部活動可能時間
15:45 完全下校

- 気象コンテンツによる状況把握と
熱中症計による実測(養教・管理職)
場所 ①屋外②体育館③格技場
時間 12:20から1時間毎に計測
※31以上となったらその場所での活動を中止

*注 懇談会中のため 1 階廊下やクールダウン部屋(大会議室・多目的室)程度しか利用できませんので 30 分程度とします。
例:13:20 に 31 以上なら 13:30 からミーティングを 30 分のみ行い、14:00 頃に実験で 31 未満であれば活動可能。無理なら下校

夏期における部活動時対応(職員申し合わせ)

運動場、体育館で暑い時期に部活動を行う場合や、対外的な練習時には熱中症対策グッズを持参し、緊急時に対応できるようにする。

●職員室・保健室の冷蔵庫に

OS1・スポーツドリンク・保冷剤

を準備する。

○熱中症対策バック(保冷力バン)に入れて持ち出す。

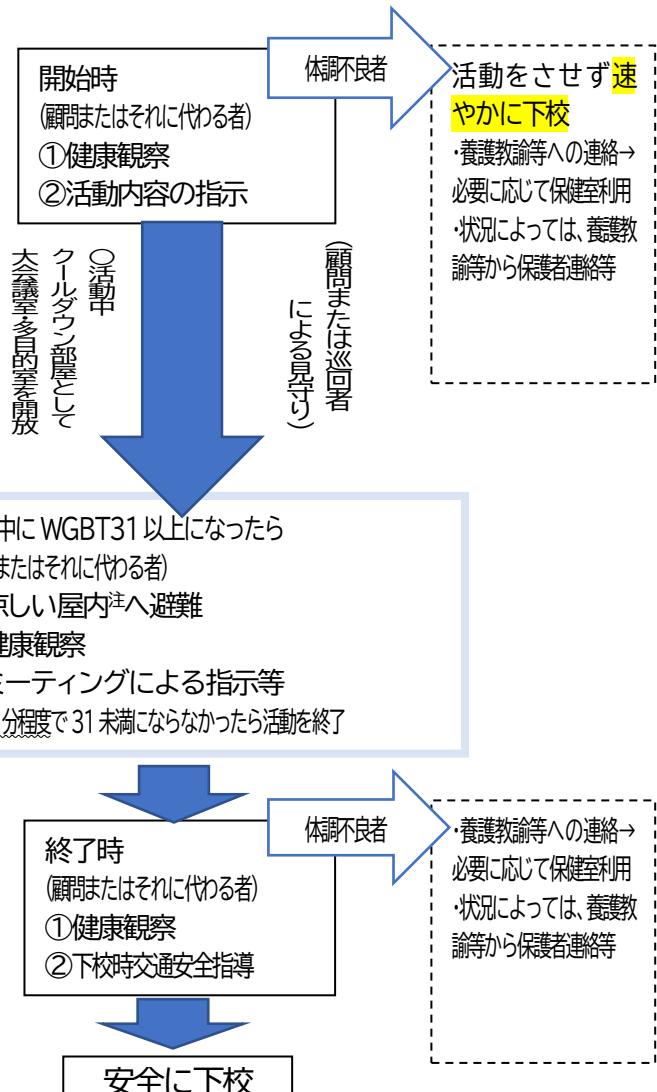
○使用後は冷蔵庫に戻し、使用したものがあれば養護教諭

に連絡し補充する。

その他

○保健だより・学校だより(5月～7月)による呼びかけ

○夏期におけるウォーターサーバーの設置



部活動を含めて屋外での活動における 異常気象(雷・ゲリラ豪雨)時の対応について

1. 認識

目や耳で確認できる情報	気象台・市役所からの情報
<input type="checkbox"/> 真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。 <input type="checkbox"/> 雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。 <input type="checkbox"/> 近くで雷が落ちる。	<input type="checkbox"/> 警報・注意報の発表 <input type="checkbox"/> 注意喚起のFAX <input type="checkbox"/> 気象庁のHP等のコンテンツ活用

2. 報告及び初期対応

- ①教務主任・部活担当・安全主任・養護教諭・生徒指導主事、もしくは管理職に報告する。
- ②小さくても雷鳴が聞こえたら、屋外活動を直ちに中止し、生徒を屋内に避難させる。

3. 対策検討

①対策部会を組織	管理職・教務主任・部活担当・安全主任・養護教諭・生徒指導主事のうち3名以上で組織。
②緊急指示(初期対応指示)	必要に応じて全校放送で生徒の屋内絵の避難や教職員の誘導について呼びかける。 →教職員は速やかに生徒を屋内へ避難させる。
③気象情報の収集と対応検討	気象庁のHP等のコンテンツ(雨雲の動き:雨雲ナウキャスト、雷ナウキャストなど)を活用し、情報を収集し、部活動などの活動の継続の可否、下校時刻の変更について検討する。

4. 対応

部活動を含む活動	天候の回復が見込める時	20分程度で雷雲が移動し、今後も落雷の危険性が低いと判断できる場合、活動再開を放送等で全校に知らせる。
	天候の回復が見込めない時	引き続き屋内へ避難を継続することと合わせて、雨雲や雷雲が移動する予想時刻と「すぐに帰らないこと」を全校に放送で伝える。
下校時刻	生徒への対応	生徒の安全が十分確保できないと判断した場合は、下校時刻を遅らせ、生徒を指示あるまで安全な場所で待機させる。
	保護者への対応	下校時刻を変更する理由と変更後の時刻を「安心メール」で知らせる。

※予報や注意喚起等で事前に危険な状況が予測されるときは、対策部会を事前に組織し、検討のうえ、部活動を含む放課後の活動等を中止し、下校時刻を早めるなどすることも考えられる。

※激しい雨などにより、浸水、土砂災害等を含めた被害が心配されるときは、各学年で分担し、危険個所のパトロールにあたる。

- ①日吉・赤坂・ニューハイツ～手原駅周辺(1年部)
- ②伊勢落・林田道沿い・東小前地下道～大橋・宅屋(2年部)
- ③林国道交差点・野洲川大橋交差点・野洲川公園体育館付近～出庭・辻・葉山小周辺(3年部)

<参考> 防災学習等の中で周知していくこと
ゲリラ豪雨等について

ゲリラ豪雨の前兆

真っ黒な雲が近づいてきた
雷の音が聞こえてきた
急に冷たい風が吹いてきた

ハザードマップ 確認するポイント(ゲリラ豪雨)

- 複数の避難場所
- 複数の避難経路
- 浸水・土砂災害の危険性が高い場所

河川の増水が発生した場合の避難経路も確認しておきましょう

ゲリラ豪雨 街中の危険箇所

地下・水辺
浸水した道
アンダーパス

ゲリラ豪雨に遭遇したら

頑丈な建物に入る
気象情報を確認する
地下・水辺から離れる

雷について

雷の前兆

真っ黒な雲が近づいてきた
雷鳴が聞こえる
稲光が見える

雷から安全な場所に避難する

鉄筋コンクリート
自動車
避雷小屋

屋外で雷に遭遇したら

避難できる場所がないときは

- 頭をなるべく低くしてしゃがむ
- 耳をふさぐ
- 爪先立ちでかかとをつけた姿勢を保つ

最低4m以上離れる
電線の真下

スポーツ界における暴力行為根絶に向けたスローガン

暴力0（ゼロ）心でつなぐスポーツの絆



私たち、「スポハラ」のないスポーツ界を目指します。

グッドコーチに向けた「7つの提言」

スポーツに関わる全ての人々が、「7つの提言」を参考にし、新しい時代にふさわしい、正しいコーチングを実現することを期待します。

1 暴力やあらゆるハラスメントの根絶に全力を尽くしましょう。

暴力やハラスメントを行使するコーチングからは、グッドプレーヤーは決して生まれないことを深く自覚するとともに、コーチング技術やスポーツ医・科学に立脚したスポーツ指導を実践することを決意し、スポーツの現場における暴力やあらゆるハラスメントの根絶に全力を尽くすことが必要です。

2 自らの「人間力」を高めましょう。

コーチングが社会的活動であることを常に自覚し、自己をコントロールしながらプレーヤーの成長をサポートするため、グッドコーチに求められるリーダーシップ、コミュニケーションスキル、論理的思考力、規範意識、忍耐力、克己心等の「人間力」を高めることが必要です。

3 常に学び続けましょう。

自らの経験だけに基づいたコーチングから脱却し、国内外のスポーツを取り巻く環境に対応した効果的なコーチングを実践するため、最新の指導内容や指導法の習得に努め、競技横断的な知識・技能や、例えば、国際コーチング・エクセレンス評議会（ICCE）等におけるコーチングの国際的な情報を収集し、常に学び続けることが必要です。

4 プレーヤーのことを最優先に考えましょう。

プレーヤーの人格及びニーズや資質を尊重し、相互の信頼関係を築き、常に効果的なコミュニケーションにより、スポーツの価値や目的、トレーニング効果等についての共通認識の下、公平なコーチングを行うことが必要です。

5 自立したプレーヤーを育てましょう。

スポーツは、プレーヤーが年齢、性別、障害の有無に関わらず、その適性及び健康状態に応じて、安全に自主的かつ自律的に実践するものであることを自覚し、自ら考え、自ら工夫する、自立したプレーヤーとして育成することが必要です。

6 社会に開かれたコーチングに努めましょう。

コーチング環境を改善・充実するため、プレーヤーを取り巻くコーチ、家族、マネジャー、トレーナー、医師、教員等の様々な関係者（アントラージュ）と課題を共有し、社会に開かれたコーチングを行うことが必要です。

7 コーチの社会的信頼を高めましょう。

新しい時代にふさわしい、正しいコーチングを実践することを通して、スポーツそのものの価値やインテグリティ（高潔性）を高めるとともに、スポーツを通じて社会に貢献する人材を継続して育成・輩出することにより、コーチの社会的な信頼を高めることが必要です。