

## 32 硬式野球競技

### 1 競技の特性

野球は、小さく、硬く、しかもスピードが出るボールを用いるため、高等学校では、体育の授業よりも、運動部活動として行われることが多いスポーツである。

そのため、より高い個人的技能や集団的技能を身につけ、チームの特徴を生かした作戦や組織的プレーを生かし、チームで協力して勝敗を競うことにねらいがおかれることが多くなるため、自ずと高度なプレーや複雑なプレーが追求されることが多くなる。

9人ずつの2チームが攻撃、守備に分かれて得点の多さを競うチームゲームであるが、その攻撃は、投手対打者との対戦をはじめ、スピーディーでパワフルな個人技にあふれるなど、個人的要素が強い競技でもある。

### 2 事故・傷害の防止対策

#### (1) 施設・設備・用具

予想される事故・傷害の原因	傷害例	対策
・投球マシンや移動式防球ネット等の点検不足。	・頭部、顔部、胸部などの打撲、損傷、骨折など	・事前に投球マシンや防球ネット等に不備がないかを点検しておく。 ・移動式防球ネットはできれば二重にして使用する。
・施設、用具の不備に起こる事故	・打撲、骨折など	・施設の状況や自然環境の状態を把握する。 ・不良バット（ヒビの入ったバット、グリップの不良）の使用を禁止する。 ・ヘルメットは頭の大きさに合ったものを使用し、ヒビ割れ等についてチェックする。

#### (2) 活動内容

予想される事故・傷害の発生状況	傷害例	対策
・ノック練習時に起こる事故。	・突き指、眼球損傷、歯牙損傷、顔部損傷、骨折、打撲、脱臼など	・施設の状況や自然環境の状態を把握し、ノックの方向場所などを適切にとる。 ・ノック時はグラウンドがすぐ荒れるので、合間を見ながら頻りにグラウンド整備をする。 ・ノックを受けていない者にもボールへの意識を持つ。 ・スライディングキャッチや頭からのスライディングキャッチは段階的に練習する。
・打撃練習時に起こる事故。	・打撲、骨折、顔部損傷、頭部損傷	・投手と打者との距離が極端に近い形での練習は避け、投手が打球をよけられる距離を確保する。 ・投手用のヘッドギアを着用する。 ・バッティング投手の同時投球は絶対さける。 ・バッターは耳付きヘルメット、アームガード、フットガードを必ず着用する。
・バント練習時に起こる事故。	・打撲、骨折、眼球損傷、顔部損傷	・バントの基本姿勢の指導を十分に行う。 ・右打者の右手などに剣道の小手などの防護具をつけ、怪我の防止をする。 ・練習に集中させ、それたボールなどには対応できる状態を作る。

### 3 事故防止のためのチェックリスト

施設・設備・用具	<p>グラウンド整備を怠らないでいるか          投球マシンや移動式防球ネット等の定期点検を行っているか          練習前又は試合前には必ず金属バットを点検し、ヒビ割れがないかチェックしているか          ヘルメットは頭の大きさに合ったものを使用し、ヒビ割れ等についてチェックしているか          グローブやスパイクなど、自分自身で身につけるものは事前にチェックしているか          保護具・安全用具を積極的に活用しているか          スライディングパンツ、打者用肘当てプロテクター、自打球防御レガース等の着用          滑り止め（ロジンバックなど）の使用をしているか          バットを握る際に手が滑りやすくなるため          ボールやバットは変形していないか</p>
活動内容	<p>過度の投球・守備練習をさせていないか          過激なスライディングを抑制する指導をしているか          投手と打者との間は適切な距離が保たれているか          バント練習時に基本姿勢の指導、怪我防止のための工夫がなされているか          選手同士の接触の予防として、声や周りからの指示を徹底させているか          自分の技能とかけ離れた練習をしていないか          炎天下で帽子をかぶっているか          水分補給や休息は適切にしているか          体調の悪い選手、怪我をしている選手、精神的に不安定な選手はいないか          ウォーミングアップやクーリングダウンは十分か</p>
救急体制	<p>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</p>