

平成22年12月10日

ボーイスカウト都道府県連盟

理事長 各位  
県連盟コミッショナー 各位

公益財団法人ボーイスカウト日本連盟

日本連盟コミッショナー 新藤 信夫  
( 公 印 省 略 )

## 冬季の活動に向けて

拝啓 時下ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

平素は、本連盟の諸事業、各種プログラムにご理解、ご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さて、日本連盟におきましては毎年、各隊・各団・各地区における夏季の諸活動について事故防止に向けた安全意識の喚起、並びに安全態勢の強化を呼びかけておりますが、平成17年より運用を開始いたしました、「日本連盟傷害共済制度」の中において事故の発生データを分析しましたところ、夏季活動での事故に加え冬季の活動、特にスキー、スノーボード、スケート訓練実施時の事故が多く発生し、しかも骨折等の重傷事故に繋がっている事が判明しています。この結果に基づき、平成18年から冬季の活動に向けての安全対策注意喚起をお願い申し上げましたが、冬場の事故は、平成19年度が全発生(受付)事故378件中62件、平成20年度も388件中72件(平成21年度分は集計中)と、依然冬場の事故は減少していないばかりか増加傾向にあります。スキー、スノーボード、スケートの活動においては、一般的な安全対策に加え特に次の事項に留意ください。

1. 自分の体調や能力、地形や気象の状態、その他の状況に合わせたコースや滑り方に心がけ、自分の技術以上の斜面での滑降、スピードの出し過ぎ等が事故に繋がっているのを注意する事。
2. 事故は、団体やグループで指導を受けている場合では少なく、指導者の目の届かない自由滑走時に多く発生している。以上を踏まえ、状況に応じ具体的な指示、指導を徹底し安全確保に努める事。

冬季のスキー、スノーボード、スケート等における安全については、上記を参考にすると共に、別紙チェックリスト等も活用していただき、事前の準備訓練や実施時の安全対策・安全用具の着用(ヘルメット、プロテクター、手袋等)に十分に配慮されますよう、指導者研究集会やラウンドテーブル等の機会を通じて、貴連盟の指導者各位へ周知いただきますようお願い申し上げます。

また、夏季活動に向けての安全喚起文書でもお願いいたしましたが、冬季活動を含め指導者自身の事故発生が全体の20%を占め(19年度21.7%・20年度21.3%)、その内、骨折や捻挫、脱臼、肉離れ等が半数以上(19年度17件中9件・20年度22件中13件)を占めておりますので、指導者自ら事故を起こさないよう自己管理を徹底していただきたく重ねてお願いいたします。

敬具

この件についての問い合わせ先

事務局 総務部総務課 Tel. 0422-31-5161

## スキーの安全について（参考）

毎年スキー訓練において骨折、捻挫の事故が発生しています。日本のゲレンデは、上級者も初心者も同じ場所で滑るためゲレンデの状況により衝突事故、転倒による事故が発生しやすくなっています。また近年スノーボードとの事故も増加しています。休憩時やトイレに行く際にスキーは履いていなくても、歩きなれないスキーブーツでの転倒事故も発生していますので、ゲレンデ以外でもご注意下さい。参考までに、以下のように注意事項を記述いたします。

### 1. 訓練を始める前に

- (1) 積極的な意欲を持って真剣に訓練に参加すること。
- (2) 指導員の説明をよく聞き、その指示に従い速やかに行動すること。
- (3) 滑る前に必ず準備体操を行うこと。特アキレス腱や下肢内側筋のストレッチを十分に行うこと。（スキーは膝、スノーボードは、手首の怪我が最も多い。）
- (4) 個人的行動、身勝手な行動や悪ふざけは厳に慎むこと。
- (5) 睡眠不足は事故の元である。
- (6) 服装、用具の点検。定められた服装をすること。特に手袋、帽子は必ずつけること。（スノーボードはヘルメット。）  
流れ止め、バインディング等はつける前に点検整備をすること。

### 2. スキーのかつぎ方

- (1) スキーの滑走面を合わせてトップを前にしてサイドを肩に当ててかつぐ。ストックは2本そろえて片手に持ち、前後の人に十分注意して行動すること。
- (2) 狭い所や混雑しているところでは、スキーを立てて抱えること。
- (3) スキー、ストックの取り扱いは慎重に行い、不注意、悪ふざけによる怪我のないようお互いに気をつけること。

### 3. スキーのつけ方

- (1) 靴の裏の雪を完全に落とすこと。
- (2) 平地を選びストックを斜め前方に突き立てて、バインディングを開いてから片方づつしっかりと固定すること。
- (3) 斜面でスキーをつけるときは、斜面に対し直角にスキーを置き、谷側のスキーからつけること。
- (4) 流れ止めを必ずつけ、もしも流れた際は大きな声で合図すること。

### 4. リフトの乗り降り

- (1) ストックを2本そろえて持って順番を待つ。前の人のリフトが出発したら、スムーズに搭乗位置に移動すること。割り込みは厳禁。
- (2) ストックを片手にまとめて持ち、いすに腰掛けたら、リフトのポールにつかまること。
- (3) 搭乗中故意に動いたり、横を向いたり振り返ったりしないこと。スキーを上下左右に振らないこと。

- (4) 終点にきたら、スキーの先端を上げ台についてもしばらく滑っていき、降りる位置にきたら立ち上がって、リフトの外側に速やかに移動すること。

## 5. スキーコースでの注意

### (1) 転び方、起き方

転ぶときは必ず斜め後ろ（できれば山側）にお尻から転ぶ。手や膝を先に着くのは危険である。起きる時はスキーをかかとの近くにひきつけて、体を起こす。転倒後は速やかに起きること。

- (2) スキーコースの真ん中で立ち止まったりしないこと。  
(3) スキーをつけないでゲレンデを歩くときは、端のほうを歩くこと。  
(4) 危険防止のためやむをえない場合以外、急停止をしないこと。  
(5) 前方のスキーヤーが急停止や転倒しても追突しないだけの間隔を保っていること。

## 6. その他

- (1) 休憩やトイレなどで仲間から離れる場合は、必ず連絡すること。  
(2) ロッジなどの通路など凍っている場合があるので気をつける。また階段などではできるだけ手すりを持つこと。  
(3) 適当な休憩を取り、濡れた衣類の乾燥に心がけること。（特に手袋、靴下など）  
(4) スノーボードでコースをはずれ転倒、上半身から新雪に突っ込み雪で口や鼻をふさがれ窒息死するケースが多いので注意すること。  
両足が1つの板に固定されているため、足が外れない。新雪にはまり込み身動きが取れなくなることがある。  
もがくほど雪に埋もれてしまう。ヘルメットを着用し頭を守り1人でなく仲間と一緒に滑ることが事故防止につながる。  
またスピードの出やすいカービングスキーは人との衝突事故が多い。

## ゲレンデで滑る時注意しなければならない6項目

- ① 滑りをコントロールし暴走しないようにすること。
- ② 前をよく見て滑り、下方の人の滑りを優先すること。
- ③ 他の人の滑りを妨げないようにすること。
- ④ 滑り出しやコースに入るときは特に注意すること。
- ⑤ スキーやスノーボードには必ず流れ止めをつけること。
- ⑥ 標識や指示に従うこと。雪崩のおそれなどがあるので、林間コースなどを滑るときは特に注意すること。

以上

安全チェックシート 一例 (スキー)

(計画)

番号	チェック	対策済	項目	備考
1			プログラム企画に基づき下見を実施した。	
2			プログラム計画書が作成されている。	
3			実地踏査の結果がプログラム/計画に反映されているか。	
4			下見時期と実施時期とのずれを考慮している。	
5			参加者の体力が考慮されている。	
6			参加者の能力が考慮されているか。	
7			施設の概要図・行程の地図が用意されている。	
8			悪天候時、エスケープルートが確保されている。	
9			悪天候時、避難場所がある。	
10			雷・雨に対する避難場所がある	
11			非常通信手段が確保されている。	
12			携帯電話通話圏内の場所を確認している。	
13			時間的に余裕を持って計画されている。	
14			十分な人的支援がある。(リーダー・保護者、スキー技能保持者)	
15			救急病院を確認した。	
16			参加者に持ち物、安全について連絡をした。	
17			事前の健康チェックをした。	
18			保護者に施設の情報やプログラム内容を伝えている。	説明会・しおりの配布
19				

(実施)

1			参加者名簿がある。	
2			当日、参加者の健康チェックができる体制である。	
3			救急箱の準備がある。	
4			実地踏査の結果がプログラムに反映されているか。	
5			施設管理者とプログラムや生活面での打ち合わせができている。	
6			天気情報を得ることができる。	
7			悪天候時中止・代替プログラムがある。	
8			プログラムにふさわしい服装である。	ヘルメット・プロテクター・手袋
9			服装・装備のチェックができている。(着替えを含む)	
10			寒さに対する対策ができている。(衣類・靴の乾燥作業を含む)	
11			汗拭きの準備がある。	
12			十分な睡眠。準備体操を計画している。	
13			日照対策がある。(紫外線対策・雪焼け)	ゴーグル・帽子
14			水分補給ができる。(水筒の準備)	
15			雨具の準備がある。	
16			食品の安全と衛生が保たれている。	
17			いたみにくい弁当である。	
18			ゲレンデの集合場所が確認されている。	
19			十分な技能訓練プログラムを計画している。	
20			スキースクールでのレッスンが準備されている。	
21			フリー滑走での事故が多発していることが認識されている。	
22			フリー滑走で技能別・体力などが考慮されている。	
23			フリー滑走の途中でも参加者の状況把握ができる体制である。	
24			単独でフリー滑走しないよう技能度に応じたチーム編成する。	
25			夜間の安全対策がなされている。プログラム終了後(宿舎)	ナイター滑走は、しない。
26				

1			実施・反省記録の保存	
---	--	--	------------	--