

2023年10月6日

## 2023年度「正課外活動オンライン講習会ー熱中症予防・応急処置ー」開催報告

スポーツ支援室 鈴木久雄・榎本翔太

スポーツ支援室と学生支援課は2023年度も協働で「正課外活動オンライン講習会」を開催した。オンラインでの受講期間は5月22日(月)～6月8日(木)とし、その後も復習・確認に使えるようにするとともに受講も可能とした。受講学生は4,278名、受講後の確認テストを受けた学生は4,146名、全問正解は3,824名であった。確認テストは90%の学生が全問正解であり、全問正解にならなかった学生も1,2問の間違いであることから、本講習会は安全安心な正課外活動の推進に役立ったのではないかと考えられる。ただし、表1に確認テスト項目と正解を記載したが、受講すれば簡単に答えられる問題であり、本講習会を過信するのは危険ともいえる。

表1. 2023年度「正課外活動オンライン講習会」受講後の確認テスト(問1～12)と感想(問13)

問1	次の文章のうち、正しいものを選んでください。 A 熱中症は死に至る病態であり、予防できるため、正課外活動には「安全配慮義務」がある。
問2	大学生の正課外活動中(顧問教員が不在で学生のみで実施中)に熱中症に関する事故が起きた場合、訴えられるのは誰か。選択肢の中から正しいものを選んでください。 D キャプテン・部長
問3	日本体育協会の「熱中症予防のための運動指針」について、選択肢の中から正しいものを選んでください。 A WBGT 28度以上で運動・スポーツ活動は「厳重警戒(激しい運動は中止)」、WBGT 31度以上では運動・スポーツ活動は原則中止である。
問4	次の文章のうち、正しいものを選んでください。 A 岡山大学ではWBGTが31度を超えた場合、全ての正課外活動は中止となる。
問5	次の文章は正しいですか?○か×で答えてください。「岡山大学ではスポーツ支援室のHPを通して、WBGTを調べることができる。」 A ○
問6	次の文章のうち正しいものを選んでください。 B 熱中症を予防するためには、練習前に250~500ml、練習中には、(個人差、運動強度によって異なるが)500~1000ml/時の水分を取ることが目安となる。
問7	次の文章のうち誤ったものを選んでください。 A 熱中症I度(軽度)の症状は、立ちくらみ、めまい、筋肉の痛み、手や口のしびれ等であり、このような症状がある場合は涼しい場所へ移動し、水分、塩分を補給する。症状が良くなったら、練習を再開しても良い。
問8	次の文章のうち、正しいものを選んでください。 A 救急搬送時に備えて、緊急連絡先・名簿を作らなければならない。
問9	次の文章のうち、正しいものを選んでください。 A 部員の意識がない等の緊急事態において、救急車を呼ぶか迷った場合は呼ぶ。
問10-1 (津島キャンパス)	次の文章は正しいですか?○か×で答えてください。「岡山大学には『救急車を呼ぶタイミングと連絡・報告』という、救急車を呼ぶ基準や、呼んだ際に聞かれることをまとめた資料がある。」 A ○

問10-2 (鹿田キャンパス) 次の文章は正しいですか?○か×で答えてください。「岡山大学では『事故が起きた時の連絡・報告』という、救急EICUを呼ぶ基準や、呼んだ際に聞かれることをまとめた資料がある。」 A ○
問11 次の文章のうち誤ったものを選んでください。 B 事故が起きた際には「意識を見る」、「全身を見る」、「訴えと症状の把握」を行い、1つの症状が当てはまるくらいならば救急車は呼ばない。
問12 (津島のみ) 次の文章のうち正しいものを選んでください。 A 救急車を呼んだ際には、事故発生現場まで救急車を誘導しなければならないため、事前に誘導の方法を考えておく必要がある。
問13 このオンライン講習会とテストを受けた感想と、学んだことを今後の正課外活動にどのように生かそうとしているかについて、200文字程度で記入してください。

表2に本講習会の感想の例を示した。多くの学生が同様の感想内容であったことから、受講学生の危機意識を高め、安全対策を確認できたと考えられる。来年度以降も正課外活動学生は講習会を受講する予定であるため、正課外活動により役立つ教材となるよう改良を加える。

表2. 2023年度「正課外活動オンライン講習会」受講後の感想例

1	文化系の部活なので、熱中症にはなりにくいから大丈夫だと考えていたが、危機感をもう少し持つようにしなければと考えた。実際、救急車の誘導経路は覚えていなかったのも、何か対策をしたい。文化棟共通の経路なので、一階の掲示板に対応マニュアルを載せる(もしくはマニュアルのサイトに繋がるQRコードを載せた紙を全部屋に貼る)などのことをやるのはどうだろうか
2	熱中症は対策を怠ると最悪の場合には死に繋がってしまう危険性のある病態であることが改めて理解することができました。今後の部活動においては、自分自身だけではなく部活全体として熱中症への対策を行っていき、少しでも熱中症の症状があれば即時に休むことができる体制を継続していくことが大切であると考えました。
3	二年前に自身が熱中症で倒れたことがあり、十分に気を付けている。運動部ではないが、小まめに水分を補給したり、夏場は体調に気を付けながらランニングするなどして、体調管理ができるよう対策していた。正課外活動において、規制を設けるのは厳しすぎる気もするが、部員や部長、部を守るためには必要なことであると思う。
4	体育会系の部活に所属する者としての自覚をもって、「水分・塩分補給を怠らない」、「十分な睡眠をとる」など熱中症の予防に努める。もし他の部員が熱中症になってしまったときは、今回の講習会の内容を活かして適切に対応する。
5	熱中症は命に関わるため自分を含め、周囲への気遣い、活動の可否を徹底して考えていきたいと思う。
6	迷った時には救急車を呼ぶことを意識したい。意味の無い迷惑意識で救急車を呼ぶことを躊躇わないようにしたい。気温が高い時は活動を中止するように声をかけたい。
7	大学生の緊急時に対応する意識が薄いように毎年だか感じられる。以前事故が発生した際に、部員内で緊急時対応に差があり、ごたついたことがあったので、事前の確認や取り決めが非常に意味を持つことを知った。また、コロナ後だからか、特に文化部では部内で話し合いどころか集まりさえあまりしないような印象があるので、今回のような決めるべきことのためには部内の招集を呼びかけてほしいと思った。