

アスレティックトレーナーが薦める

やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター
日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナー
逢坂 麻衣

皆さんが普段活動しているスポーツ現場では、緊急時の備えができていますか？

AEDはどこにある？ 119番通報で伝えることは？ 近隣の病院はどこ？ などなど、いざという時に慌てることがないように準備しておく必要があります。

EAP(緊急時対応計画)とは？

EAPはEmergency Action Planの略で、緊急時対応計画とも呼ばれています。

活動場所で事故が発生した際に、適切かつ迅速な対応をするために、事前に緊急時に必要な情報を整理し、綿密な対応計画を立てて、次ページの作成例を参考にEAPを作成しておきましょう。

EAP作成時に確認しておきたい9つのこと

考えられるケガ、病気



「頭を打って意識を失った」「熱中症で倒れた」など起こるかもしれない事態を想定しておきましょう。

資機材の準備



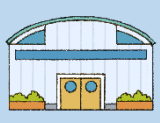
応急処置に必要な資機材を準備し、保管場所は、チームで共有しておきましょう。

処置方法



CPR (心肺蘇生法) やケガの処置などの講習を定期的受講しておきましょう。

活動場所の名称・住所



119番通報時に、正確に伝えられるように、事前に確認しておきましょう。

緊急時の役割と人員配置

傷病者発生時の役割分担を予め決めておきましょう。
・指揮者 ・応急手当
・119番通報 ・救急隊誘導
・AED確保 ・関係先連絡 など

AED設置場所



AEDの設置場所と設置場所の名称を確認しましょう。活動場所までの距離や所要時間も要確認です！

救急車進入経路・傷病者搬送経路



妨げとなるもの(門の施錠状況や移動可能な備品等)を確認し、安全かつ迅速に対応できる経路を選びましょう。

救急対応フローチャート

意識があるか？出血があるか？など、状況に応じた対応ができるようにしておきましょう。詳しくは下図を参考にしてください。

近隣医療機関の連絡先



整形外科、内科、脳神経外科、休日診療など、近隣の医療機関の情報をまとめておきましょう。



作成したEAPは、活動中に見やすい場所に掲示し、その場で活動する全員が情報を共有しておく必要があります。新年度や新学期のタイミング等、定期的に見直しを行い、その都度全員で確認しましょう。

CPR (心肺蘇生法) 等の救命講習も定期的受講し、スポーツ現場での救急体制を整え、安心・安全なスポーツ活動を実施していきましょう。

【EAPの作成例】

この例を参考に、皆さんの活動場所のEAPを作成してみてください。

緊急時対応計画 (EAP)			作成日	年	月	日										
学校名・施設名	〇〇市立△△中学校 テニスコート															
住所	〇〇市□□町1-1-1															
役割と人員配置	氏名	所属/資格		氏名	所属/資格											
リーダー	山口 太郎	監督	関係先連絡	〇〇 〇〇	△△											
応急手当	〇〇 〇〇	トレーナー	付き添い	〇〇 〇〇	△△											
119番通報/誘導	〇〇 〇〇	コーチ	記録	〇〇 〇〇	△△											
AED確保	〇〇 〇〇	マネージャー														
AED設置場所	所要時間															
① プール入口横	1 分															
② 1階事務室前	3 分															
③ 体育館入口	5 分															
※2分以内の到着が望ましい																
搬送経路	救急車停車場所															
① テニスコート横																
② 第2駐車場																
③ グラウンド内																
救急対応フローチャート																
近隣医療機関連絡先	<table border="1" style="width:100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 60%;">病院名 (科目)</th> <th style="width: 40%;">連絡先</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>・〇〇病院 (内科)</td> <td>012-111-000</td> </tr> <tr> <td>・△△病院 (整形)</td> <td>012-111-111</td> </tr> <tr> <td>・□□クリニック (脳外)</td> <td>012-111-222</td> </tr> <tr> <td>・××救急センター</td> <td>012-111-333</td> </tr> </tbody> </table>						病院名 (科目)	連絡先	・〇〇病院 (内科)	012-111-000	・△△病院 (整形)	012-111-111	・□□クリニック (脳外)	012-111-222	・××救急センター	012-111-333
病院名 (科目)	連絡先															
・〇〇病院 (内科)	012-111-000															
・△△病院 (整形)	012-111-111															
・□□クリニック (脳外)	012-111-222															
・××救急センター	012-111-333															

EAP 作成テンプレートは以下のサイトからダウンロードできます。

- ・日本 A E D 財団 <https://aed-zaidan.jp/download.html>
- ・Spolink JAPAN <https://spolink-japan.com/sports-injury-manual/>



日本 A E D 財団



Spolink JAPAN



【発行・編集】公益財団法人山口県体育協会
やまぐちスポーツ医・科学サポートセンター
 〒743-0011 山口県光市光井 2-19-2
 TEL 0833-74-1551
 MAIL sports@yamaguchi-ikagaku.jp

スポーツくら **BIG**

YAMAGUCHI ジュニアアスリートアカデミーは、スポーツ振興化の助成金を受けています。

