

# 0 5 指導員研修会報告

SAK教育本部  
安全対策委員会

# 傷害アンケート報告

## 1. 集計期間

- 2003年12月 ~ 2004年4月

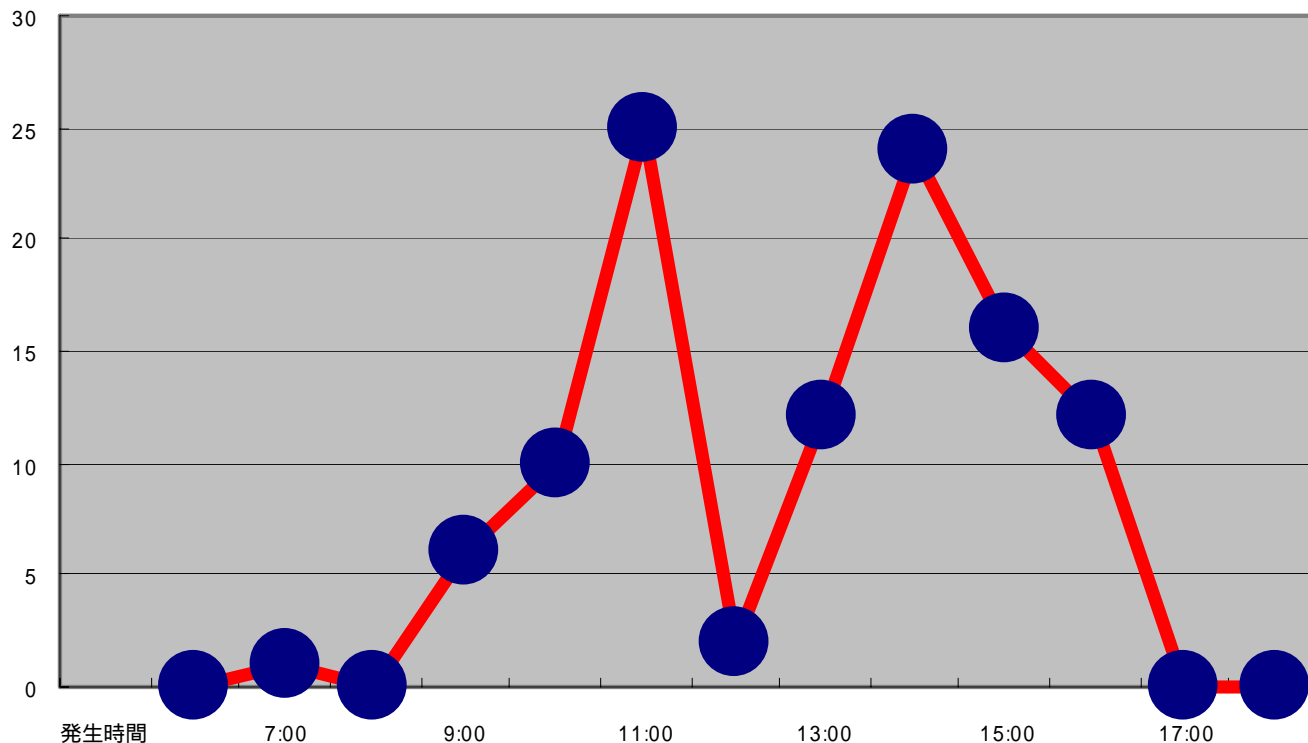
2. アンケート回収総数 66件

3. 事故報告 4件

4. 発生率 0.035%

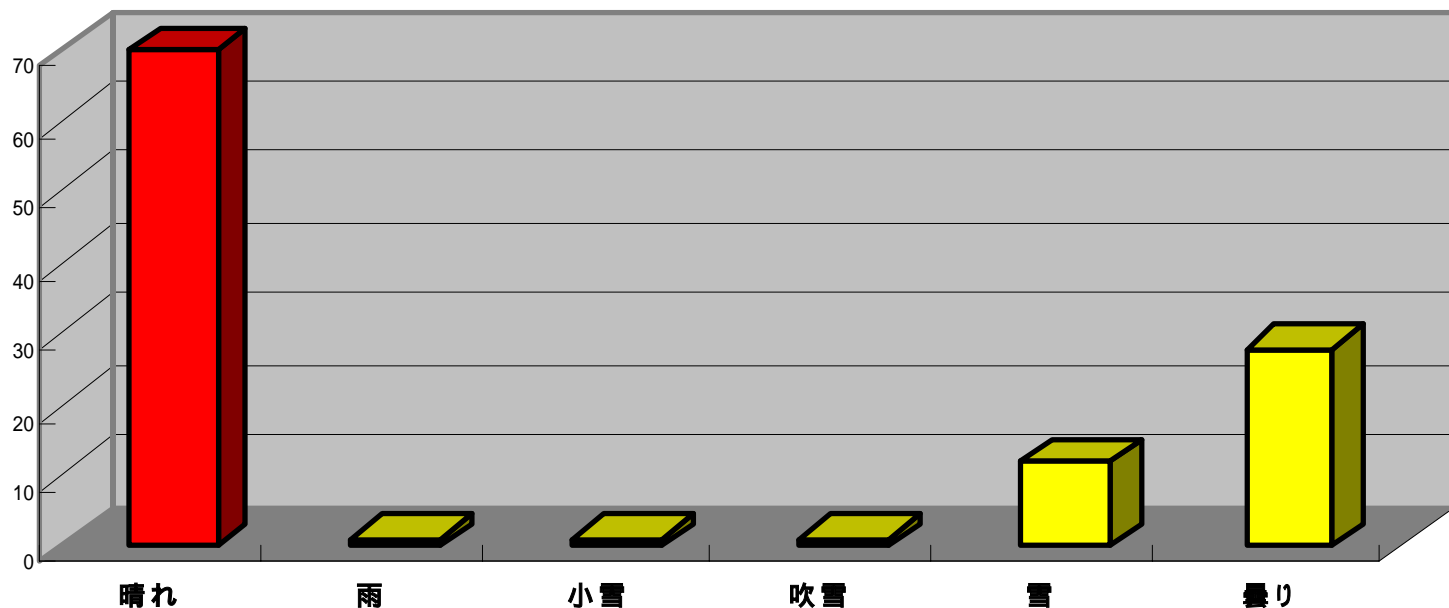
- 述べ参加人数11,516人

# 発生時間



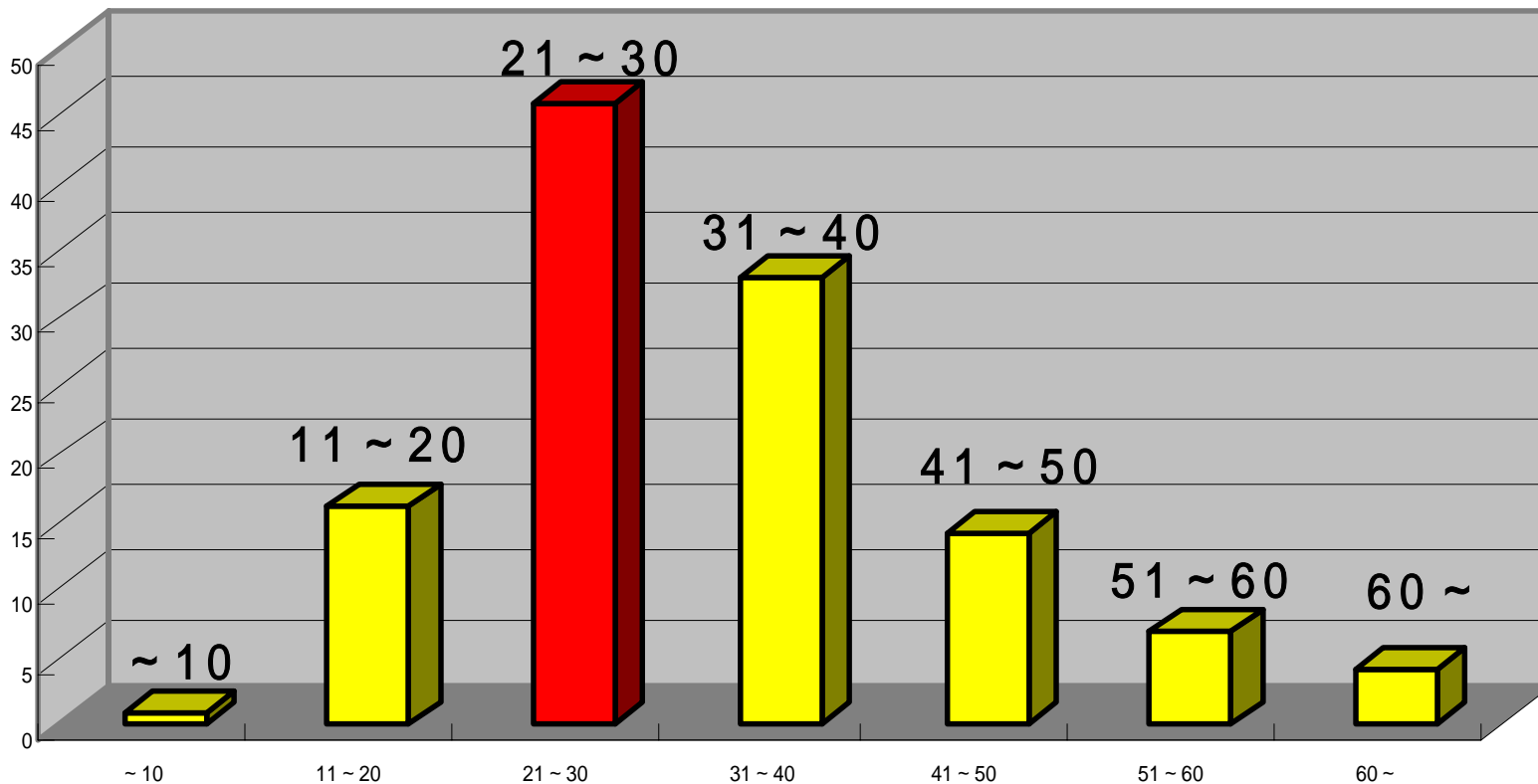
見事に11:00と15:00にピークがある。これは毎年変わらない傾向で、この時間帯だけで事故の半分を占める。午前・午後とも滑走開始2時間頃と考えたら疲れか・慣れか。休憩を入れたり、注意を促したり、指導者はこの時間帯を再度認識する必要がありそう。

# 天候



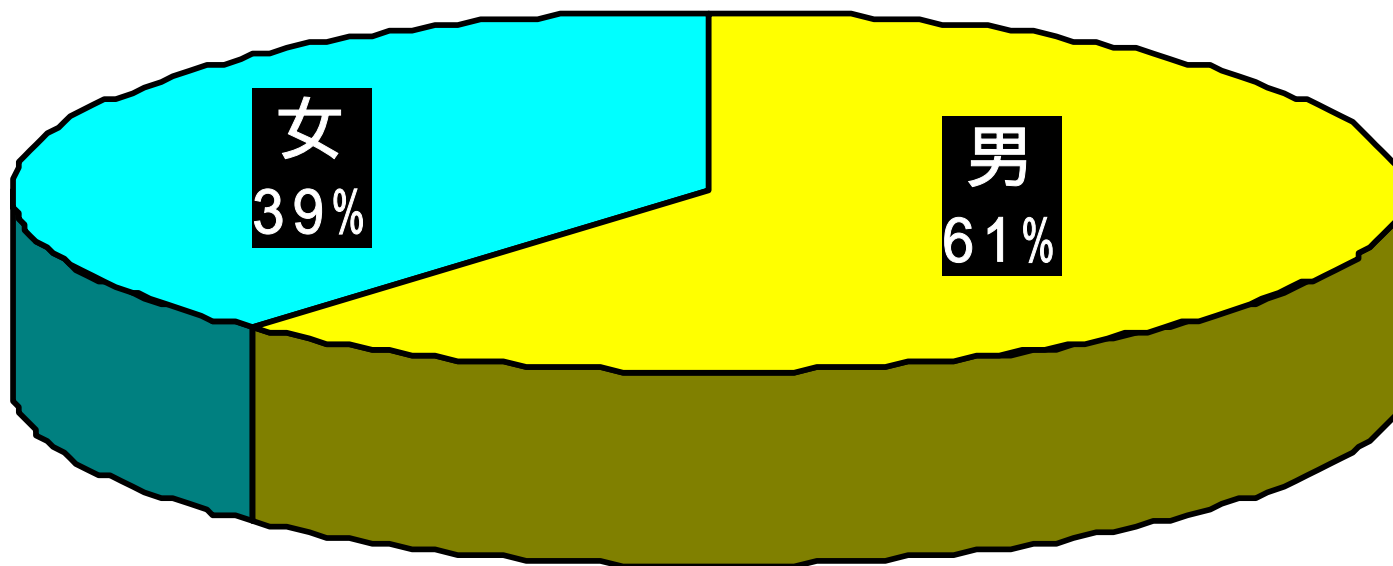
圧倒的に晴れた日に事故は起きている。スピードコントロールができていないのか。周りも気持ちよく飛ばしてくるから、危険度は増していることになる。今年の事故4件もすべて「晴れ」

# 年齢



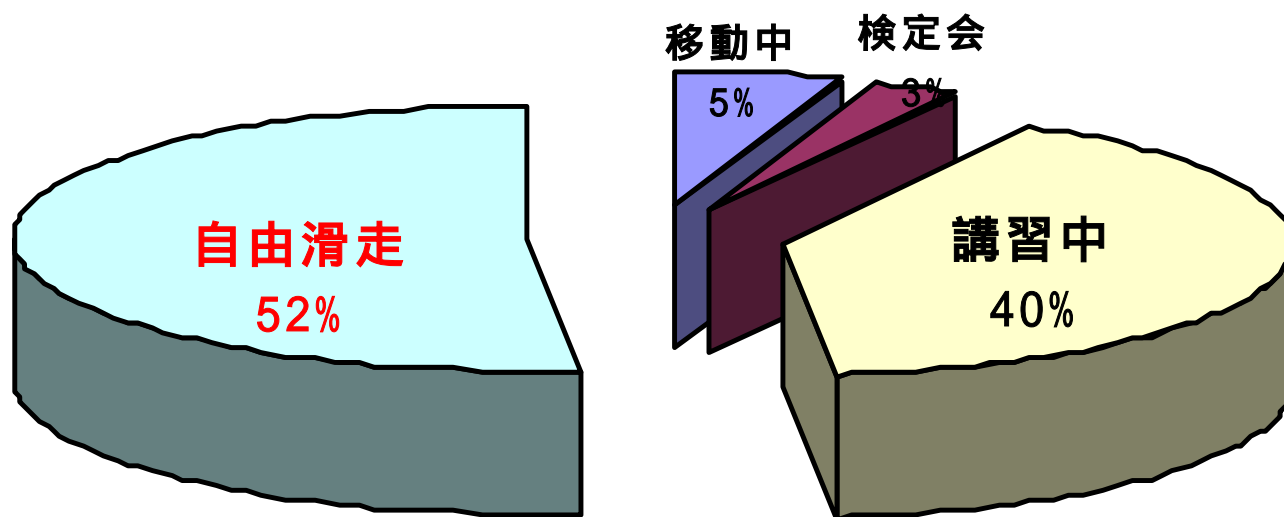
参加人数における年齢比までは集計していないので、一概に分析できないが、一番おもしろく、上達の過程にある年代で多少の怪我は仕方ないところと言える。

# 男女比



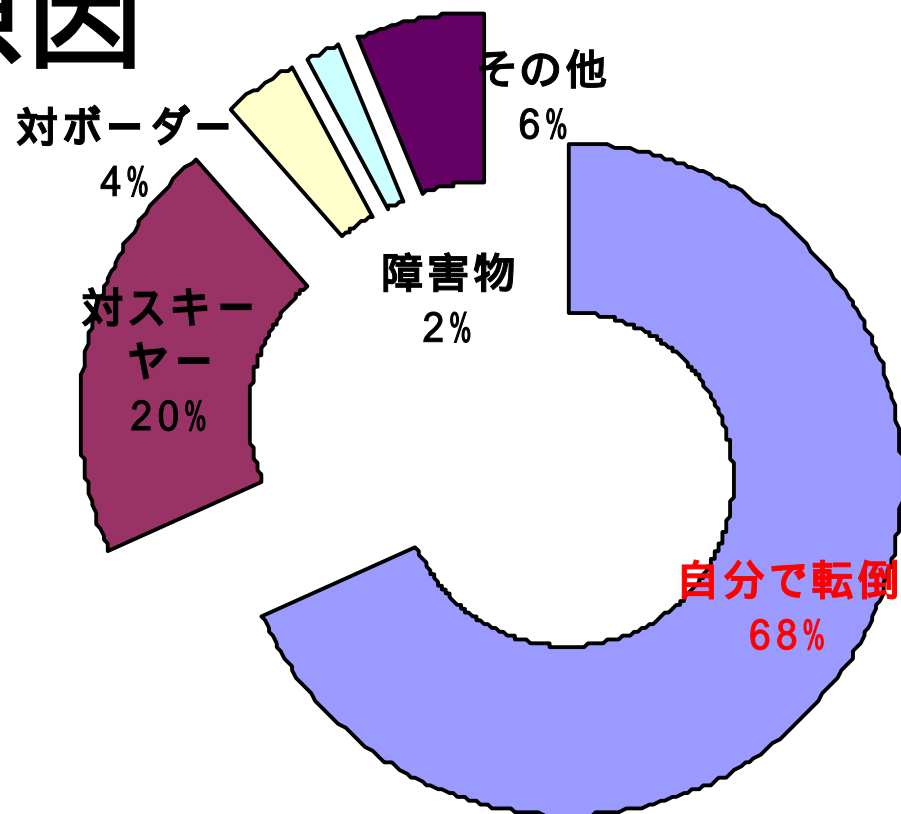
参加人数比があるので一概には男が怪我しやすい訳ではない。男は途切れることなくスキーに没頭できるが、女性は、節目で一時休止を余儀なくされているのが現実だ。好きなとき、面白くなったときに何とかしてスキー場にいける環境を作ってあげたいと思う。

# 発生状況



県連行事の集計なので講習中の比率が高いが、それにもまして自由滑走中が半分以上とは。。スキーヤーは、講習で縛っていたほうが事故は少ないのか？観点を変えれば、指導者の目が光っているうちは安全で？解き放つと暴走する傾向か？

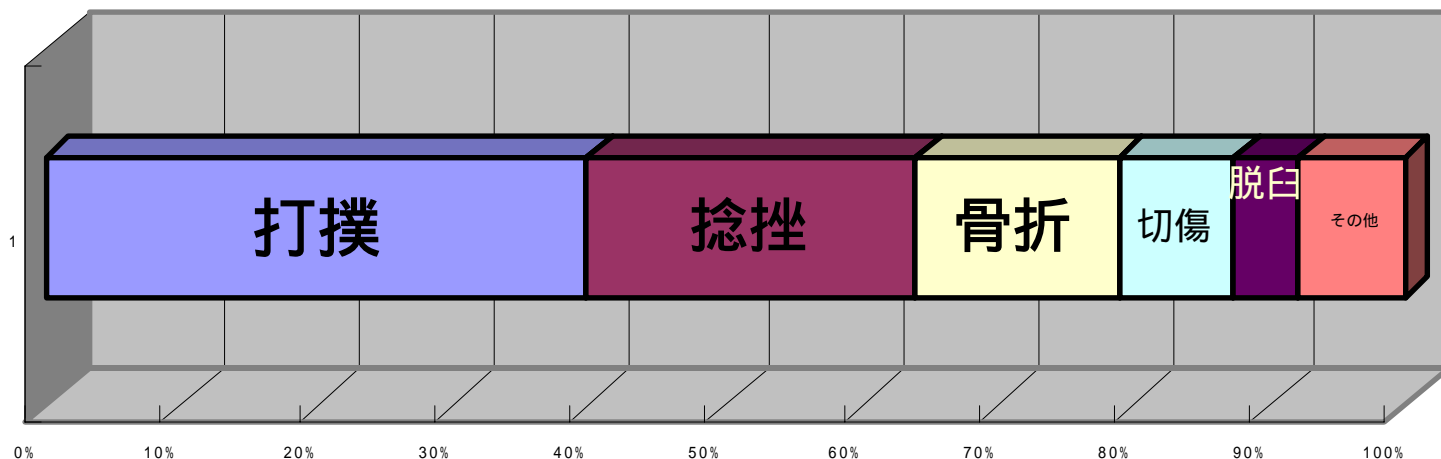
# 発生原因



今年の4件は「自分で転倒」が2件、対スキーヤーと、対ボーダーで各1件となっている。人を巻き添えにしない自爆が大多数を占めているのは不幸中の幸いか。ただ、心配なのは自分でコントロールできないで滑っているのが不安にもなる。

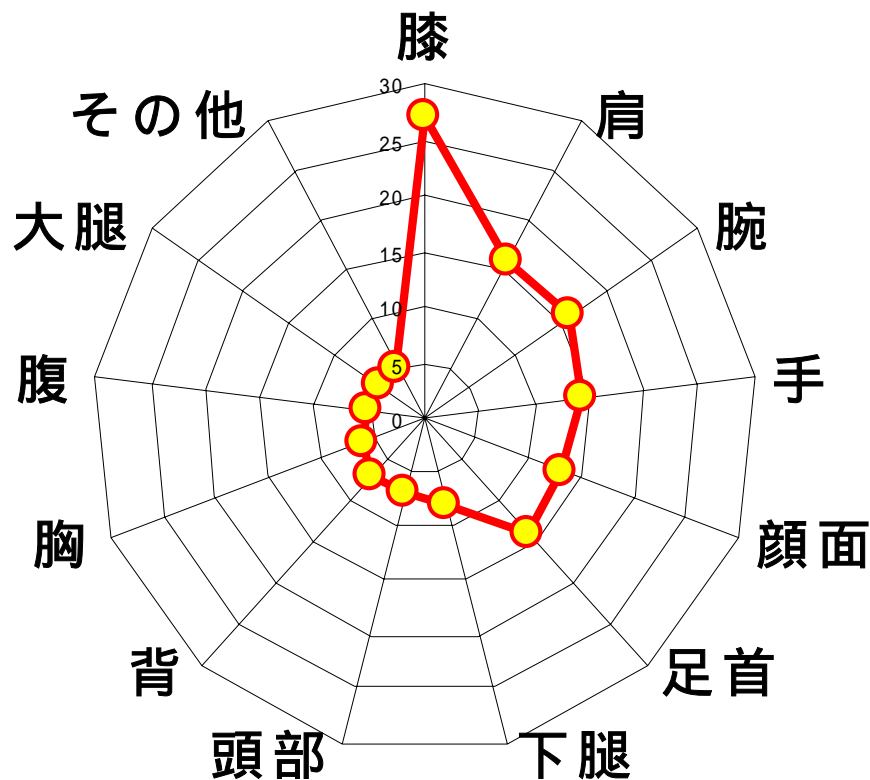


# 傷害名



累計では捻挫がトップ。今年は、打撲・骨折脱臼・その他となっている。  
ボーダーが上達し、スキーヤーと変わらぬ軌跡を残して滑走してくるようになった。  
ゲレンデでは、新しくファンスキーやスノースクート、クロカン等があふれており、スキーとボーダーを分けるだけでゲレンデの安全が確保できた時代は終わりを告げた。結局は個人のマナーがゲレンデの安全につながると思うのは飛躍だろうか。

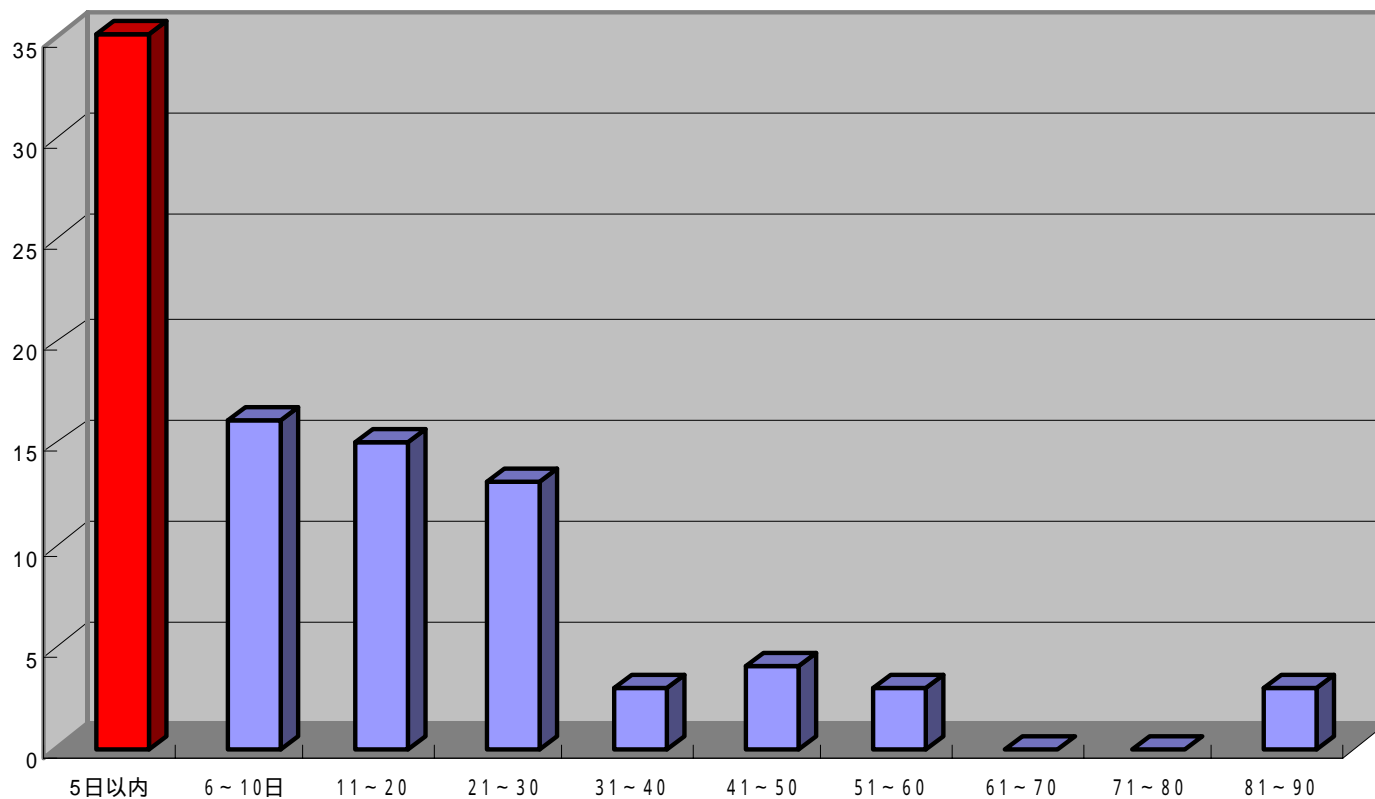
# 部位



ただ、事故でも「膝」への衝撃が大きい。考えてみれば、足にスキー靴と金具と板がくっついている状態。重力で加速された状態で思いがけない方向に力が加わったら、最初に耐えなくてはいけない間接が「膝」になる。次に倒れるときに負荷が襲うのは手をつくことによる肩になる。

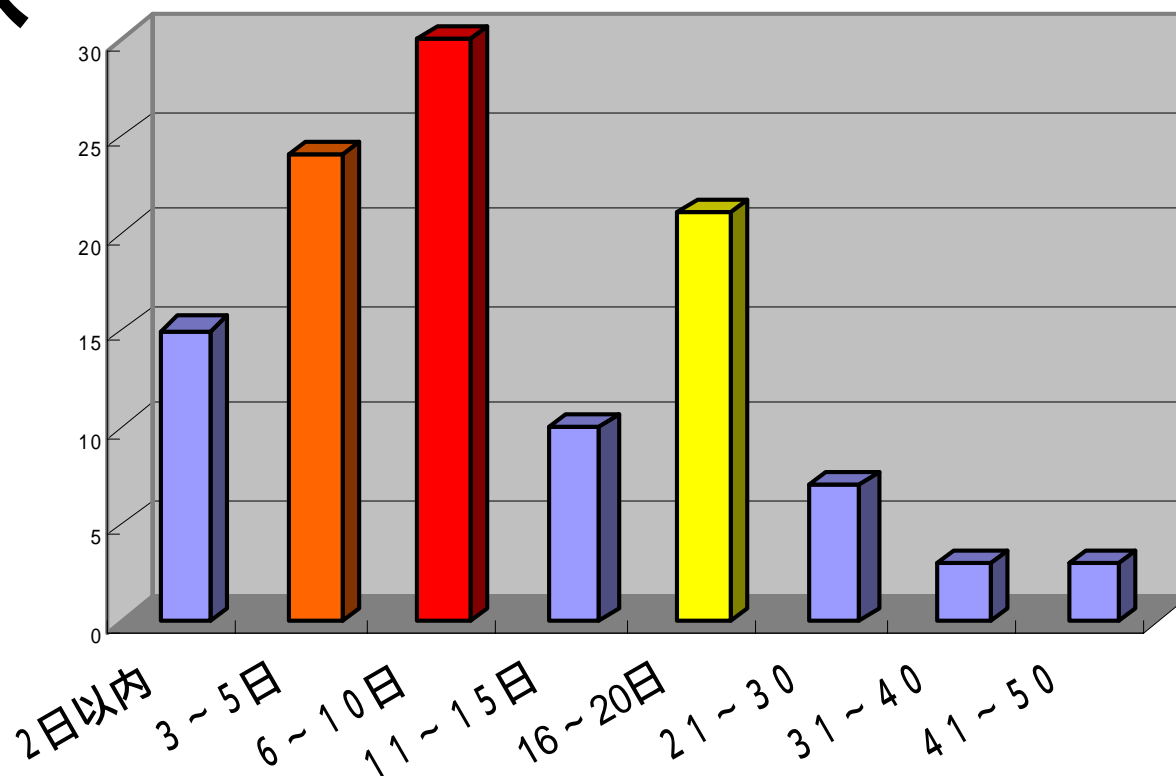
改めてスキーはバランス・スポーツであることが確認できる。これはスキーというスポーツの宿命だと言えよう。

# 受傷までの滑走日数



全治までの日数が5日以内と軽症なのは、不幸中の幸いだろう。もちろん、無事故が望ましいのだが、スポーツである以上、多少の怪我はつきもの。恐れては向上は望めない。無くして行きたいのは、全治まで80日以上もかかっている怪我だ。90日は、肩の骨折と膝の靭帯断裂だ。シーズンだけではなく、生活にも支障が生じて周りにも迷惑がかかる。

# 全治日数



10日目あたりがピークになるのは、会社員のスキーヤーが多いのを考えれば標準的なデータだろう。ただ、以外に滑り込んでいる人でも(特に20日程度)事故を起こしているのは寂しい限りである。もちろん、10日以内が全体の3分の2を占めているのは、サラリーマンスキーヤーの宿命かもしれない。土日に滑って平日に仕事と、多忙スキーヤーをこなしているのには頭が下がる。

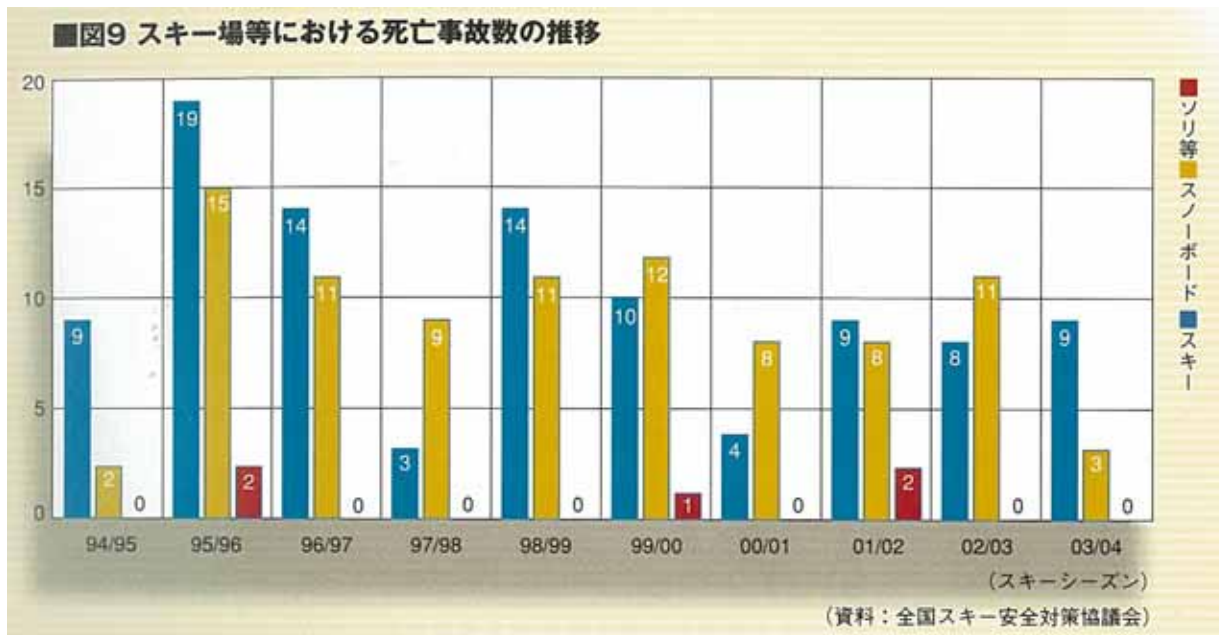
# 教本改定

- 安全編      安全へのシュプール
- 傷害の実態を把握し
- より安全で安心して滑れる環境を提供
- パトロールのバイブル

# スキー傷害の実態

## ■ 死亡事故

- 立ち木への衝突が多い
- ソリ等での死亡報告もある。
- 10シーズンで185名！

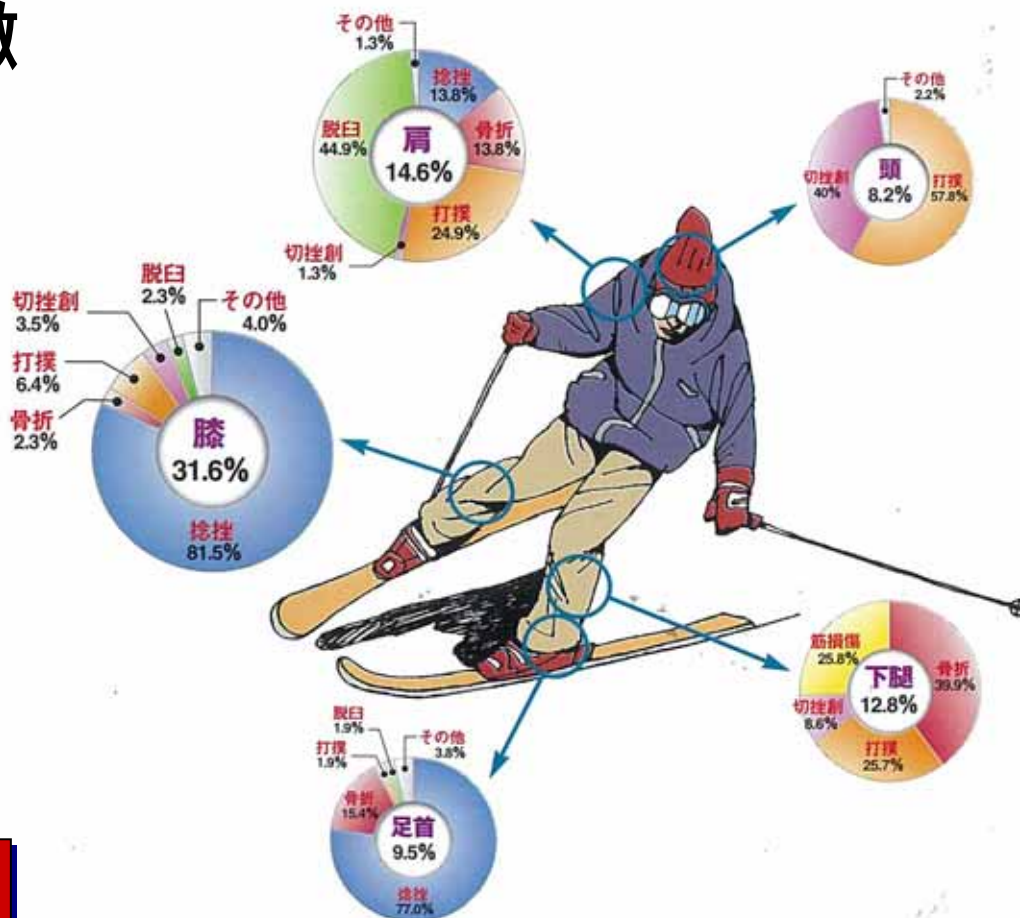


# スキー傷害の実態

■図4 カービングスキーに多いケガ  
(自分で転倒した場合)

## ■ スキー事故の特徴

- 膝の捻挫
- 肩の脱臼
- 下腿の骨折



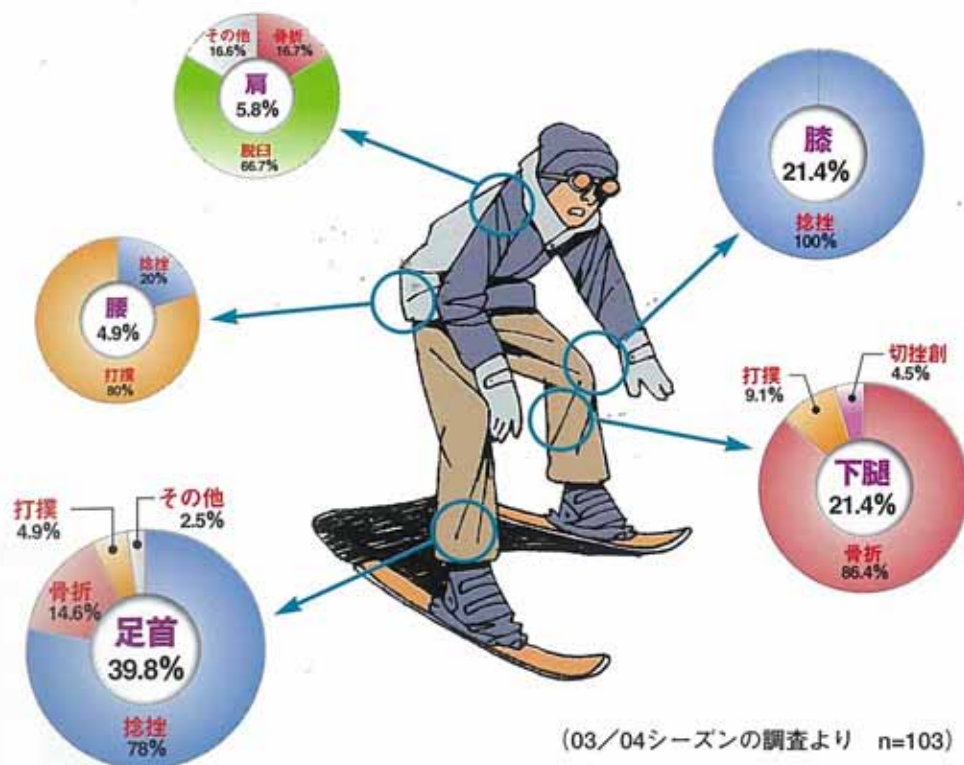
自分で転倒した場合

# スキー傷害の実態

## ■ ショートファンスキー

- 足首の捻挫
- 膝の捻挫
- 下腿の骨折

■図5 ショートファンスキーに多いケガ  
(自分で転倒した場合)



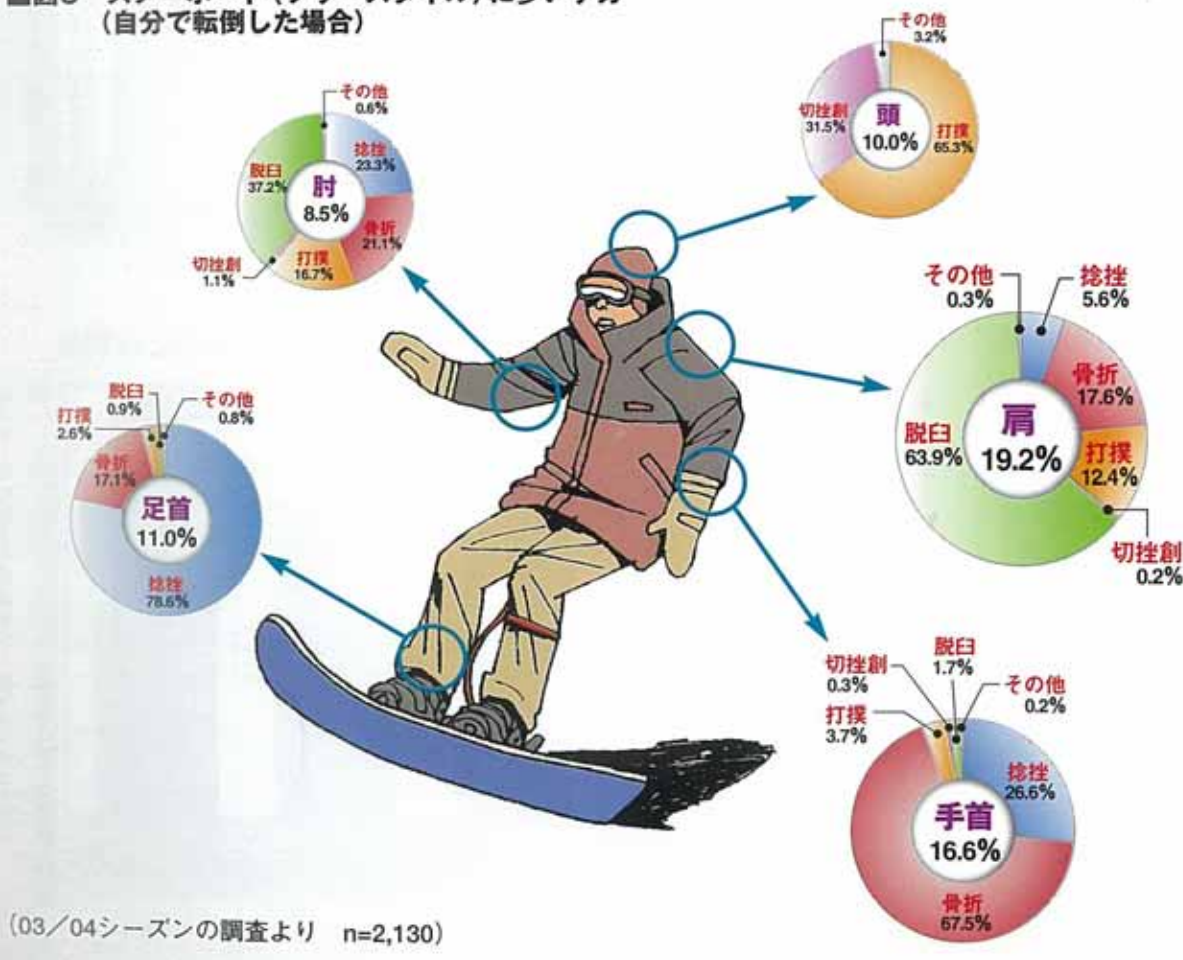


# スキー傷害の実態


## ■ スノーボード外傷

- 肩の脱臼
- 手首の骨折
- 足首捻挫

■図6 スノーボード(フリースタイル)に多いケガ  
(自分で転倒した場合)



(03/04シーズンの調査より n=2,130)



**傾向は把握できた  
次は防止策を記入  
事故防止の推進**

以上