

なぎなたにおける安全面の留意点

0 埼玉県高等学校なぎなた専門部について

○団体について

- 狭山ヶ丘高等学校
- 埼玉栄高等学校
- 大宮開成高等学校
- 県立浦和東高等学校
- 県立浦和第一女子高等学校

現在恒常的に活動している団体は、以上5団体。

○大会について

- 4月：関東大会予選 → 6月に本戦
- 6月：インターハイ予選 → 8月に本戦
- 10月：埼玉県なぎなた大会(埼玉県なぎなた連盟主催)
- 11月：新人戦
- 3月：国体1次予選 → 5月に2次予選を行い選手決定 → 7月に関東ブロック予選(埼玉県なぎなた連盟主催)

○強化練習会：月に1回なぎなた連盟主催による強化練習会を実施

○若潮杯(於 国際武道大学)：12月末に剣道・柔道とともに実施

1 練習・競技等で生じる事故について

○環境面での事故

- 室内フロアで行うため、床面の状態によって足底部に挫傷、裂傷、擦過傷を負うなどの危険性がある。また、濡れた床面に足を滑らせて捻挫、打撲などが起こる場合もある。
- 刃や柄が折れてけがの原因となる場合がある。
- 高温多湿の室内稽古によって、熱中症や脱水症状などが起こる場合がある。
- 長物を扱うため、周囲の人や置物にぶつかり、ケガをさせたり破損させてしまう場合がある。

○身体面での事故

- なぎなたが防具で守られていない部位に当たってしまい、挫傷する場合がある。
- 身体さばきが悪く、態勢と打ちとのバランスが悪いと膝に負担がかかり、捻挫してしまう場合がある。
- 添え手でなぎなたを操作すると、無理な力がかかり、腕・肩を痛めることがある。
- 面の閉塞感と湿気により、呼吸困難や体調不良を起こす場合がある。
- 床を蹴る動作の繰り返しにより、足底母指球部にマメができる。

2 安全対策について

○環境面での対策

- 練習前後にモップがけをして、フロアの状態を確認する。
- なぎなたの先端は竹製なので、ささくれ等がないか日ごろより点検する。
- 室内の風通しには配慮し、適宜休憩や水分補給を行う。
- 練習時には周囲のスペースを十分確保する。

○身体面での対策

- 正確な打突の指導と冷静な判断力・集中力を養う。
- 正しい身体さばきを身につけるように基本練習を繰り返す(腰痛予防にもなる)
- 打つ意識が強いと添え手で打つことになるので、基本練習を繰り返し、打ち手でなぎなたを扱うようにする。
- 生徒の疲労度を注意深く観察し、適切な休憩をとる。
- 消毒・テーピング等の処置ができるよう準備しておく。