

ソフトテニスの安全について

川口市立川口総合高等学校

佐々木 周平

1 競技の特性

ソフトテニスは、日本で生まれ育った伝統ある大衆スポーツであり、明治17年の発祥から既に100年を越えた長い歴史をもつスポーツである。愛好者人数の総計は、下は小学生から上は70才以上の高齢者まで約700万人以上と推定され、我が国のスポーツの中では最も愛好者人口の多い競技の一つである。誰もが気軽にでき、老若男女と一緒にプレーできるソフトテニスは、親子、夫婦など家族ぐるみで楽しんでいる方々も多く見られる。生涯スポーツが注目されている中で、まさにうってつけのスポーツであり、今後ますますの普及発展が期待されている。

ソフトテニス競技は、柔らかいボールを使用しネットをはさんでゲームが行われるので、身体接触はあまりみられない。従ってソフトテニスにおいては大きな事故はこれまでにないものの、以下のような傷害は数多くみられている。

(1) 比較的多く見られるもの

ア 無理な打ち方や自分に合わない用具を使用することによって起こる……腱鞘炎、テニス肘

イ コートの未整備によって起こる……捻挫

ウ 一面のコートに大勢の人が入って練習することにより起こる……打撲

(2) 大きな事故につながるもの

ア 他の人のラケットや打球が当たって起こる……眼球損傷

イ コートローラーの操作ミスによって起こる……骨折、圧死

ウ 炎天下に長時間コートで練習することによって起こる……熱中症

2 事故・傷害の防止対策

コートの未整備等でおこるもの……クレーコートの場合、ラインテープが浮き上がっていないか、釘が飛び出していないかを確認する。ローラーの正しい使用方法を把握し使用することにより、コートの凹凸をなくす。

活動内容が原因でおこるもの……身体に負担のない打ち方を学び、テニス肘等を予防する。

スイングの際は周囲に人がいないことを確認する。

活動前には準備体操、ストレッチ等を行い、事故防止に努める。

る。

近年は、熱中症による事故が増加傾向であるため、インターハイなどの大会でも、試合中の給水に対し柔軟な対応をとっている。また、落雷事故防止のため、練習や各種大会では雷鳴が聞こえた場合は即中断するなど、事故防止の取り組みをしている。