

No.C044 2025/05

健康体力づくりコラム



チー坊の 明日元気になぁ～れ！

「ヒヤリ・ハット事案で重大事故を防ぐ」 ～野外活動における研究報告より～

健康や運動・スポーツに関連する気になる話題について取り上げます。
学生時代の競技スポーツの経験に加え、現在は生涯スポーツの大切さを日々
感じています。健康とスポーツは切り離すことができません。
「明日元気になぁ～れ！」の願いを込めて、コラムの始まりです。



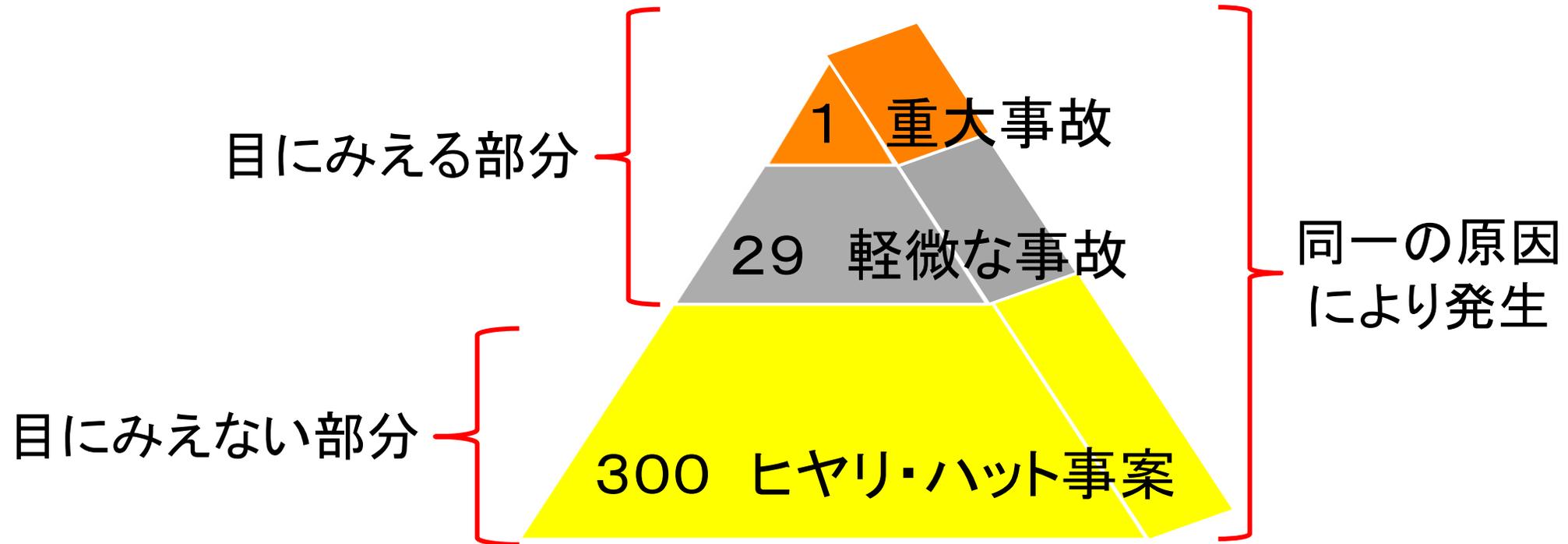
高野 千春

Profile

1億人元気運動協会認定チェア
エクササイズ・インストラクター、
健康運動指導士、体育学修士

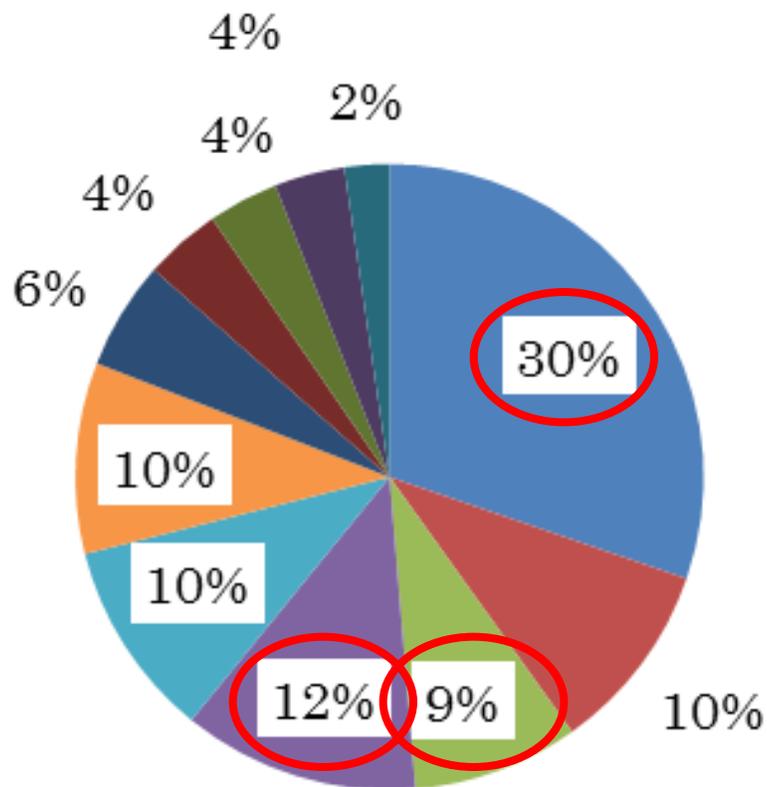
大学教員として、「生涯スポーツ」
をテーマに、レクリエーションやパ
ラスポーツについて、楽しく真面目
に研究中です！

ハインリッヒの法則

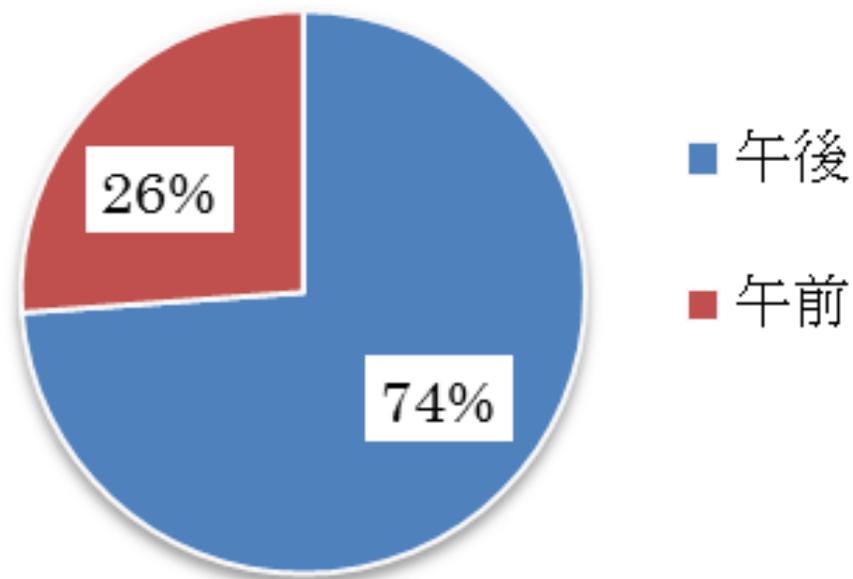


多くのヒヤリ・ハット事案の原因を調べ、それを認識することが、**重大事故の防止**に繋がる！

事例発生日内訳



発生時刻



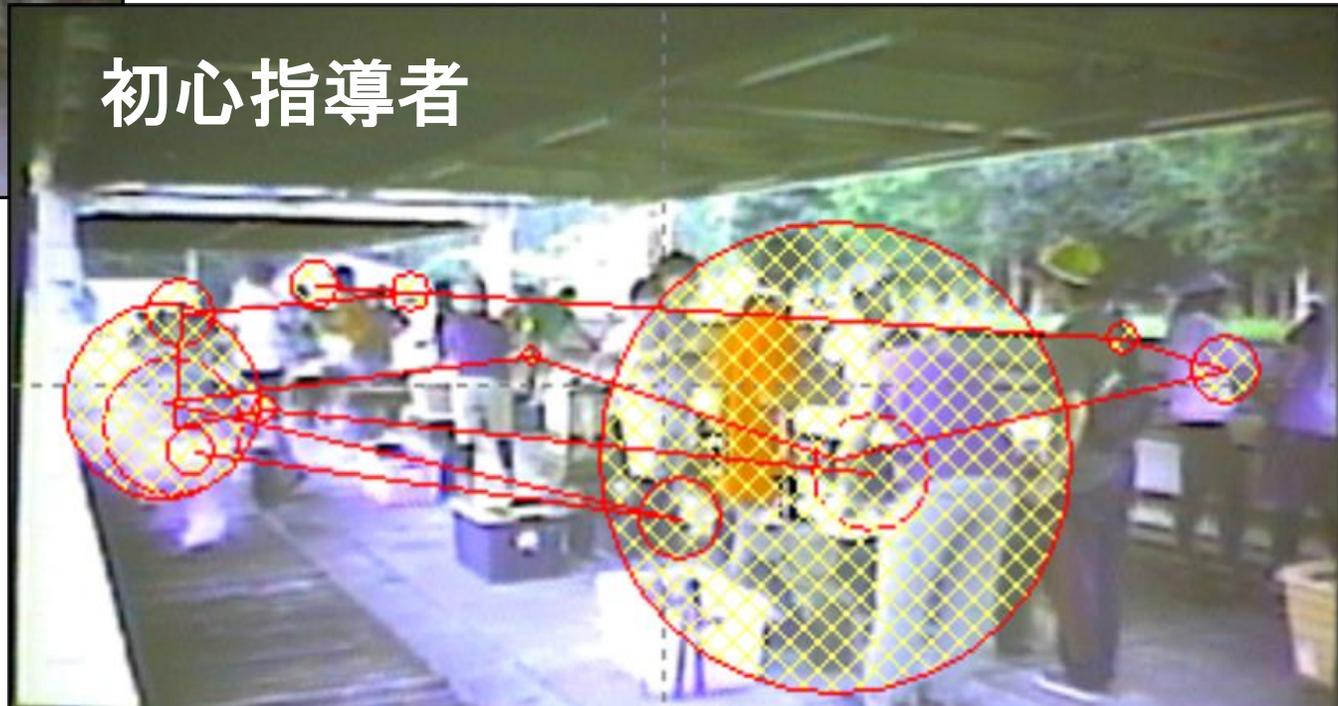
※ 最終日の1日前、特に午後の時間帯は要注意
(活動への慣れ、ゴールが見えた安心感、気のゆるみ等が影響)

野外炊事の様子を撮影した動画を見た際の視線行動

熟練指導者

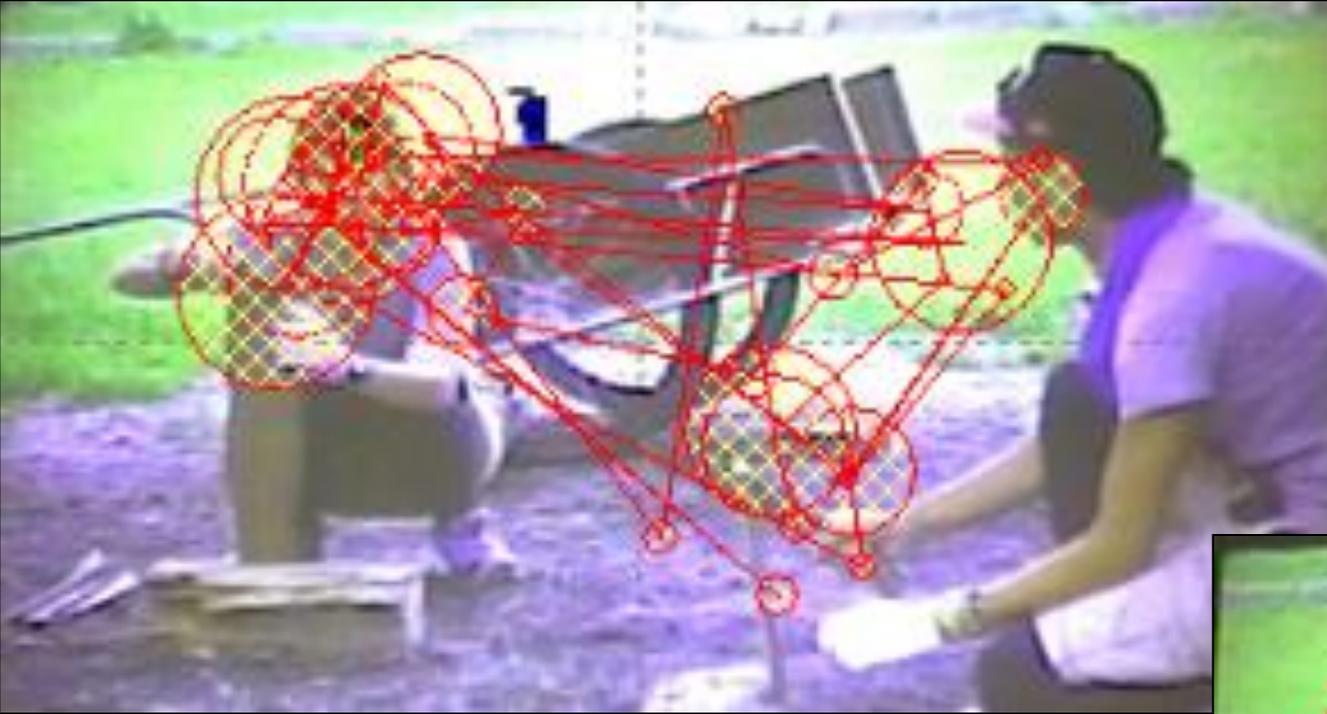


初心指導者



一度に広範囲の状況を
把握する

薪割りの様子を撮影した動画を見た際の視線行動

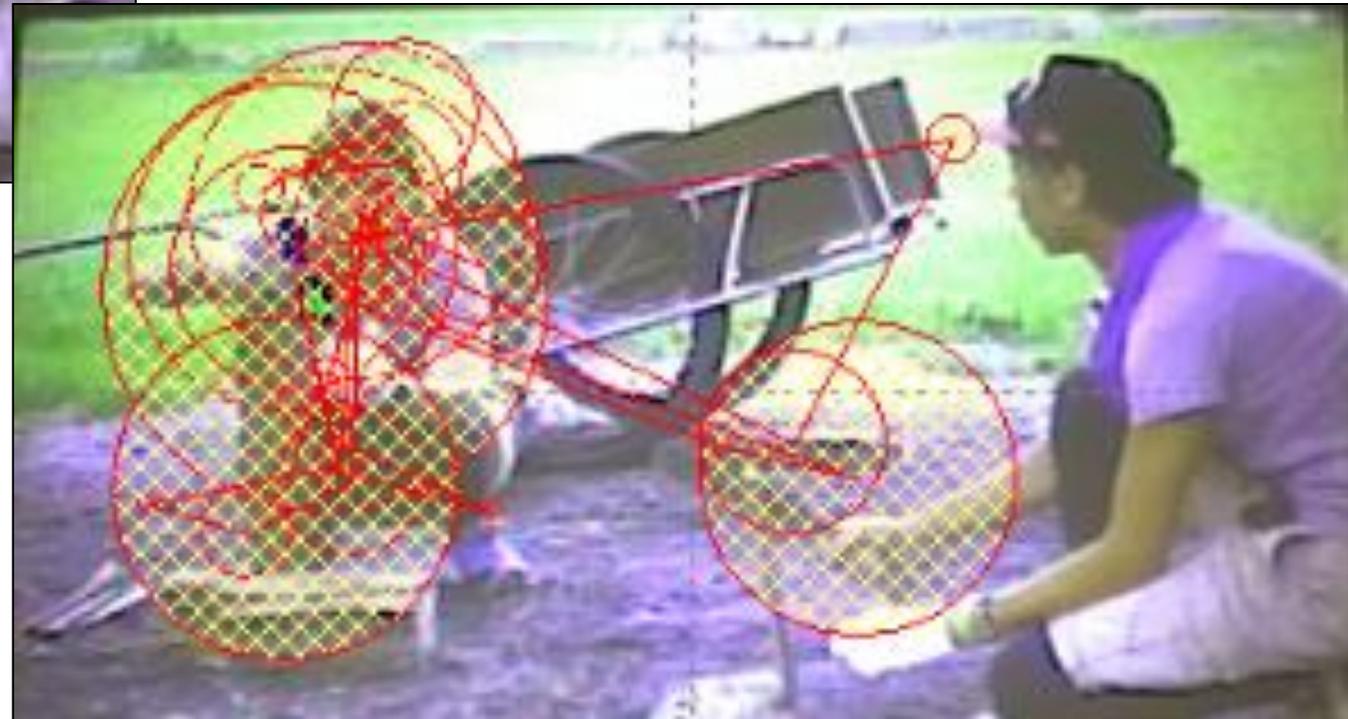


初心指導者

熟練指導者



危険発見の遅れや
見落としを防ぐ



ヒヤリ・ハット事案を見逃さないよう、熟練指導者は、活動場面に応じて視線行動を使い分けている。

野外炊事  視点が一部に集中しないように全体的に視線を動かす
(一度に広範囲の状況を把握する)

薪割り  一定のリズムとスピードでバランスよく視線を動かす
(限られた範囲の中で危険の見落としを防ぐ)

より安全で効果的な運動指導をするためには、
場面に応じた視線の使い分けも大切！

< 参考資料 >

- 青木康太郎、横山誠、粥川道子（2015）：自然体験活動の監視活動における指導者の視線行動に関する研究、日本野外教育学会第18回大会プログラム・研究発表抄録集、pp.20-21
- 日本アウトドアネットワーク安全委員会：2013シーズン（夏期）JONヒヤリハット調査報告（JONミーティング2013資料）
- 日本キャンプ協会指導者養成委員会編（2013）：キャンプ指導者入門、公益社団法人日本キャンプ協会