

事故防止に向けた安全対策

【テニス】

1 競技特性

(1) 競技の特性や特徴

テニスは球技種目の一つであり、ネット型スポーツに分類される。対戦相手とネットと分けられて接触しない、いわゆる非接触スポーツであり、比較的安全である。そのため、生涯スポーツとして、健康増進や体力増強の観点からも高い評価を受けており、老若男女を問わず幅広い年齢層の人たちが楽しむことができるスポーツである。

テニスの試合は運動と休息を交互に繰り返し、あらゆるショットを使いながらポイントを取得していくことで進行していく。トーナメントでは、1日に数試合行われたり、連日試合が続いたりすることがあるため、疲労を回復する能力も必要である。

(2) 競技特性に応じた事故の特徴

テニスでは前後左右の方向転換が多いため、足関節の捻挫が多い。様々なコートサーフェスがある中で、ハードコートでは、シューズとコート表面とのグリップが強いいため、踏み込んだ際や切り返し時に起きた内返し捻挫による外傷の頻度が高い。

また、テニスはラケットを用いて行うスポーツという特性からテニス肘のリスクも高いとされている。テニス肘には内側型と外側型の2つのタイプがある。基本的には競技をすることによって繰り返される肘への小さなストレスが原因のスポーツ障害であり、オーバーユースによって発生するとされている。

(3) 過去の重大事故例

- ①高等学校のテニスコートを会場とした大会において、ダブルスの試合中にボールを追いかけた際、勢いあまって後ろの校舎のコンクリート壁に激突。前歯2本が抜ける大けがをし、救急搬送された。
- ②公立中学校テニス部の1年生部員が、放課後の練習準備のため、他の部員2名とともに重さ620kgの手動式整地ローラーを駆け足で勢いをつけながら牽引してコート整備をしていた際、コートの一部にあった窪みに足をとられてうつぶせに転倒してしまったが、牽引していた整地ローラーは止まらずに、転倒した同部員を惰性で礫過し、同部員は頭蓋底骨折により死亡した事故。
- ③高校の体育授業中にテニスの試合練習をしていた際、コートチェンジでうつ向き加減で小走りに移動していたところ、隣のコートで別の生徒が打ったボールが左眼付近に当たり、左眼球打撲・左外傷性後部硝子体剥離の傷害を負った事案。

2 想定される事故事例と予防策

(1) 主として【施設・設備・用具】が要因となって起こる事故

想定される事故やけがの原因（事例）	傷害例	予防策
<ul style="list-style-type: none"> ・ クレーコートにおけるラインテープのはがれ、コートの凹凸 ・ ローラーの取り扱いの際に起こる事故 ・ ネットの取り外しの際に起こる事故 ・ 個人の体力や技量に不適切なラケットの使用 ・ ボール缶の不適切な開け方をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 足首の捻挫 ・ 打撲、骨折 ・ 顔面裂傷 手腕裂傷 ・ テニス肘、腱鞘炎など ・ 切り傷、指の切断 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ラインテープがはがれていたり、釘が浮き上がっていないかをチェックする。また、ローラーやブラシを定期的にかけて凹凸をなくしておく。 ・ ローラーを引く際には、複数人で行い、絶対に走らせない。また、周囲の状況をよく確認しながら作業するよう指導する。また、ローラーがさびて回転しにくくなっていたり、破損していないかもチェックをする。 ・ ワイヤーのささくれは切るかテープを巻いておく。また、ネットを上げたり下げたりする際は、ワイヤーがはねないようにハンドル操作はゆっくり丁寧に行う。 ・ 個人の体力に適する重さ、グリップのラケットを使用させる。また、ストリングの種類（ポリエステルやナイロンなど）についても体力に応じたものを使用させる。 ・ ボール缶は、リングを起こした後、親指を缶のフタにあて人差し指でリングを上の方に引き上げるように開ける。その際、缶を持つ手の指が缶のフタにかからないように注意する。

(2) 主として【活動内容】が要因となって起こる事故

想定される事故やけがの原因（事例）	傷害例	予防策
<ul style="list-style-type: none"> ・ 大勢で、練習する際、ボールが当たったり、ラケットが当たる事故 ・ ボールを踏むことにより 足首をひねる事故 ・ 過度な練習による身体への負担による慢性的なけが 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 打撲等 ・ 足首の捻挫 ・ テニス肘、腱鞘炎など 	<ul style="list-style-type: none"> ・ ラケットを振らせる際には、スイングの範囲内に人が近づかないように気をつけさせる。 ・ ボール拾いなどは、ラリー中には原則行わせない。打球の飛ぶ方向には十分注意させ、人のいる方向に飛んだ際には、大きな声で知らせる。 <ul style="list-style-type: none"> ・ 足元にボールがある状態で、プレーをさせないよう指導する。また、こまめにボール拾いをさせる。 ・ 試合中において、隣のコートからボールが転がってきた際には、審判に躊躇なくレット(やり直し)をかけさせ、プレーを中断させる。 ・ 自分にあった重さのラケットを使用させる。また、体に負担のかからないフォームをできるだけ指導する。 ・ 練習内容は段階的にレベルアップしていくようプレーヤーの体力や技量を考えて計画する。 ・ 自分にあったスピードのボールで練習できるように対人プレーヤーを選択する。

(3) 主として【環境条件等】が要因となって起こる事故

想定される事故やけがの原因（事例）	傷害例	予防策
<ul style="list-style-type: none"> ・炎天下での長時間の練習や試合に起きる事故 ・天気の急変からおこる突風や落雷における事故 	<ul style="list-style-type: none"> ・熱中症、熱けいれんなど ・打撲、感電等 	<ul style="list-style-type: none"> ・水分補給などをこまめにとらせ、必要な休憩をしっかりとらせる。 ・炎天下では、帽子の着用などを習慣づけさせる。また、汗に濡れたシャツなどはこまめに着替えさせる。 ・大会運営の際に、選手が連続試合になる場合は必要な休憩時間を必ず入れる。また、選手の状況によっては、レフェリー判断で棄権させる。 ・こまめに気象情報をチェックし、警報が出た際には、プレーを中断させる。 ・強風時には、ボールが風にあおられて思わぬ方向に飛んでいくことがあるため、打球から目を離さないように注意させる。

参考文献

- 1 新版テニス指導教本 日本テニス協会編
- 2 連載 基礎から学ぶ「スポーツと法」 テニスにおける事故を防ぐ（判例から学ぶ） 片岡理恵子
- 3 朝日新聞 学校はどこまで安全の責任を負う？ 高校テニス大会でのけがに賠償命令 2022/6/12
- 4 テニス指導者 com. ～知識を知恵に変える～ (<http://tennis-shidosha.com/>)
- 5 JTA TENNIS RULE BOOK 2025