

【U-15ジュニアラグビー安全競技基準】

はじめに

(財) 日本ラグビーフットボール協会では、15才～13才時期（以下「U-15」という。）の中学生プレイヤーに適用する「U-15ジュニアラグビー競技規則」を改訂しました。同時に第2部の安全確保・安全強化指導については、今まで以上に周知徹底したいとの意図から、「U15ジュニアラグビー安全競技基準」として独立させて掲示することとなりました。

「実施時期」

本安全競技基準は2012年4月1日から施行します。

「U-15（15～13歳）ジュニアラグビー指導者・関係者、U-15中学生プレイヤーの皆様へ」

U-15（15～13歳）の中学生選手の安全確保については日頃から選手自身、及び指導者・関係者の方々は管理、あるいは注意されていると認識しておりますが、さらに一層、安全対策を強化していただきたくお願い申し上げます。

確認の為、以下に特に注意していただきたい事項を記載いたしますのでご一読の上、周知徹底の程、お願いいたします。

U-15（15～13歳）の中学生プレイヤー諸君にはよくお読みいただき理解、及び実行してください。

〔注意 I〕

安全対策は下記事項の他、安全対策委員会の安全推進講習会、及び各協会の安全対策委員会、コーチ委員会等から出されている通知、通達、注意事項を十分に考慮して周知徹底の上、厳格履行して下さい。

1. 「プレイヤーの健康管理の徹底」

(1) 健康（体調）管理

プレイヤーは体調不良や睡眠不足の時、又は頭部に違和感、頭痛、記憶が定かでない状況や打撲や圧迫などによる胸痛、腹痛などの兆候が少しでもある場合は、直ちに練習、試合を中止して医師の診断を受ける。指導者はプレイヤーの体調について十分に管理監督する。

(2) 脳震盪対策

IRB脳震盪ガイドラインを厳守する。

〔詳細は以下、日本ラグビーフットボール協会ウェブページを参照下さい〕

『脳震盪ガイドラインについて』

<http://www.rugby-japan.jp/about/committee/safe/concussion2011/guideline.html>

『IRB脳震盪ガイドライン』

<http://www.rugby-japan.jp/about/committee/safe/concussion2011/guideline/guideline.pdf>

(3) 軽度の頭部打撲とその後（二度目の頭部打撲による）の重症事故の危険性

軽い頭部打撲でも医師の診断を受けるよう徹底し、練習を休むなど安静にした上で、経過を慎重に見守ること。最近の事例では最初に軽い頭部打撲を負った後、数日から数週間後に二度目の頭部打撲（脳震盪／脳震盪の疑いを含む）を起こし、重症事故（死亡事故）に発展しているケースが観られる。一回目の頭部打撲が軽いか、もしくは自覚症状がほとんどなくても頭部内は大きなダメージを受けている可能性があることに充分留意する。

(4) 熱中症対策

練習、試合に際しては十分に水分補給を行い熱中症の発生を防止する。のどの渇きがあると無いとにかかわらず、練習、試合前には事前にある程度の水分を補給し、練習、試合中ものどの渇きを感じる前に継続的に水分補給を行う。なお、多少、塩分やミネラル入りの水分を補給することが望ましい。

仮に熱中症が疑われる場合は、直ちに涼しい場所に寝かせ、首や股関節部等の大血管の体表に近い部位を冷却する等、適正な措置を行う。その後、可及的速やかに医師の診断を受ける。

(5) 感染性疾病対策

ノロウイルス、0157、インフルエンザ等の感染性疾病に罹った可能性がある場合は、直ちにチームを離れ、医師の診断を受けるとともに、医師の指示に従って安静を守り治療に専念する。医師の許可がない場合はチームへの合流やチームメイトとの接触は避ける。チームは平時からうがいや手洗いを履行し、感染しないよう十分に注意する。

(6) 付き添い

脳震盪や熱中症になった場合、プレーヤーは未成年者であり、症状や所見は成人のそれとは一致せず、かつ急速に悪化することがあるため、必ず成人の指導者、または親を24時間一緒に付き添わせる必要がある。

2. 「体力強化及び技術的指導による安全確保」

(1) プレーヤーの体力強化

指導者及びプレーヤーは、安全確保を重視し、ラグビーを安全におこなうのに必要なプレーヤーの首を中心に首に連なる背中・肩、及び胸、腹などの筋力強化と股関節などの柔軟性向上に努め、プレーヤーが以下のプレーを習得できるよう努める。

〔注意Ⅱ〕

実施にあたっては中学生が成長期であり、骨・軟骨・関節等が成長途中であることを考慮してプレーヤー自身の体重（体を利用した）によるトレーニングに限定して、用具を使つての過度（負荷など）なトレーニングはおこなわないよう注意し、柔軟性を高めることを重視した筋力作りを心がける。

(2) 全てのプレーにおいて

腰よりも頭が下がらないよう十分に注意する。頭が下がるローヘッドは全ての局面で行わない。

(3) スクラム（含むタックル）

膝を十分に曲げ、腰を落とす。背中をまっすぐにし、頭を腰よりも高くする。顔は相手プレーヤーを正面から直視し、スクラム（タックル時もほぼ同じ）の正しい姿勢を作れるよう十分に訓練し、安全でしっかりとしたスクラムが組めるよう努める。（スクラムの段階的な組み方に関しては本競技規則第20条スクラム2.「安全でしっかりしたスクラムの形成」を参照して下さい）

(4) タックルするプレーヤー（以下タックラーという。含むセカンドタックラー）

- ①タックラーは相手プレーヤーの動き、走る角度などを確認し、顔を上げて最後まで目を離さずにタックルする。
- ②タックラーは逆ヘッドにならないよう十分に注意する。
- ③タックラーは頭を下げずに十分に足を踏み込んでタックルする。くれぐれも上半身だけをコンタクトさせるような飛び込むタックルは行わない。
- ④タックラーは相手プレーヤーをしっかりとバインドしてタックルする。
- ⑤タックルが成立した後、タックラーは、タックルしたプレーヤーを離し、立ち上がり

ボールの争奪に加わるか、退転する等し、プレーが継続するように努める。

⑥以下のタックルは厳に慎む

- ×手だけで相手のジャージをつかんで振り回すタックル
- ×相手をバインドせずに押し倒すか、突き倒すタックル
- ×あご、顔、頭、肩の上部などの肩よりも高い位置へのタックル(ハイタックル)
- ×腕を伸ばして相手プレーヤーに打ち付けるタックル(スティファームタックル)
- ×ボールを取る前のプレーヤーに対する早すぎるタックル(アーリータックル)
- ×ボールを蹴るかパスした後のプレーヤーに対する遅すぎるタックル(レイトタックル)

(5) タックルされるプレーヤー

タックルされた場合を想定してボールを持った状況であごを引いて背筋を丸める正しい受身の動作ができるよう十分に訓練する。なお、タックルが成立した後、タックルされたプレーヤーは、ボールを離し、立ち上がるか、退転する等し、次のプレーを妨げない。

(6) タックル後、ジャッカル、ラックの形成前、ラックの形成時等

①□タックル成立後、ジャッカルを行うプレーヤーは腰を低くし、ローヘッドにならないよう顔を充分に上げて、相手プレーヤーの状況を確認し、相手プレーヤーの動作に対応できるような安全な体勢を確保する。

②□タックル成立後、ボールの上でボールを確保する場合も、上記と同様に、腰を落とし、ローヘッドにならないよう顔を充分に上げて、相手プレーヤーの状況を確認し、相手プレーヤーの動作に対応できるような安全な体勢を確保する。同時に味方プレーヤーの後方からの圧力に対して、足を踏み込むだけでなく、倒れこまないような体制を作る。

③□ラックの形成前、ラックの形成時の以下の行為は厳に慎む。

- ×ボールを超えて飛び込む
- ×相手を頭から突き倒すか、単に頭から突進する
- ×手だけで相手のジャージをつかんで振り回す
- ×倒れている相手プレーヤーを故意に足で踏みつける。

以上