

平成 28 年 6 月 21 日

関 係 各 位

一般財団法人静岡県サッカー協会
専務理事 竹山 勝自
審判委員長 渡辺 裕年

熱中症対策について

時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。平素は格別のご高配を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、2016 年 3 月 10 日付で JFA より「熱中症対策ガイドライン」が出されました。これに伴い静岡県サッカー協会として下記の通り進めて行きたいと思っております。なお、詳細につきましては、JFA より出されておりますガイドライン・Q&A 等をご確認下さい。

選手の生命の安全を第一に考え、ご理解とご協力をお願いいたします。

記

【対象試合】

県内で開催される、サッカー、フットサル、ビーチサッカーのすべての試合。

【開始時期】

2016 年 6 月 1 日以降

【概 要】

〔I〕事前準備

(i) スケジュールを組む際の注意事項

過去 5 年間の時間毎の WBGT の平均値を算出する。

(算出できない場合、原則 7 月から 9 月に開催される試合については準備をして下さい。)

①WBGT が 31℃以上となる時間帯には試合を設定しない。②開始時刻を早くする。③試合時間を短くする。④1 日に複数の試合を組まない。⑤〔Cooling Break〕を取れるよう余裕を持ったスケジュール対応。等のご配慮をお願いします。

(ii) 『目指すべき熱中症対策』

- ①ベンチを含む十分なスペースにテント等を設置し、日射を遮る。
- ②ベンチ内でスポーツ飲料が飲める環境を整える。
- ③各会場に WBGT 計を備える。
- ④緊急対応用に、氷・スポーツドリンク・経口補水液を十分に準備する。
- ⑤観戦のために、飲料を購入できる環境を整える。(場所を知らせる)
- ⑥熱中症対応が可能な緊急病院を事前に調べておく。(夜間の場合は宿直医)
- ⑦〔Cooling Break〕または飲水タイムの準備をする。

〔Ⅱ〕 当日の対応

各会場 WBGT 計にて測定し、その数値により対策を講じて下さい。

■ WBGT=31℃以上の場合は、試合の中止または延期も考える。

やむを得ず行う場合は

- ①ベンチを含む十分なスペースにテント等を設置し、日射を遮る。
- ②ベンチ内でスポーツ飲料が飲める環境を整える。
- ③〔Cooling Break〕を行う。

■ WBGT=28℃以上の場合は、

- ①ベンチを含む十分なスペースにテント等を設置し、日射を遮る。
- ②ベンチ内でスポーツ飲料が飲める環境を整える。
- ③〔Cooling Break〕を行う。(1種・2種は飲水タイムでも可)

■ WBGT=25℃以上の場合は、

- ①ベンチを含む十分なスペースにテント等を設置し、日射を遮る。
- ②ベンチ内でスポーツ飲料が飲める環境を整える。
- ③飲水タイムまたは〔Cooling Break〕を行う。

気温 (参考)	WBGT 温度	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
31～35℃	28～31℃	嚴重警戒 (激しい運動は中止)	WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。運動する場合には、頻繁に休息をとり水分・塩分の補給を行う。体力の低い人、暑さになれていない人は運動中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休息)	WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

以上。