

## 愛知県新人体育大会事故防止ガイドライン

## 1. 暑熱環境下における具体的対応について

## (1) WBGT 値が 31°C 以上の場合

- ① 内容の変更又は中止の検討 なお、大会中にこの水準を超えた場合は試合を一時中断し、大会継続の可否について協議するとともに、内容の変更又は中止を検討する。
- ② やむを得ず、開催・継続せざるを得ない場合（※やむを得ずの解釈は下に表記）
  - ・特別ヒートルールとして、第10ゲーム終了の時点で5分～10分間コート外での休憩を認める。ただし個人戦の場合、アドバイスを受けることはできない。水分や冷却道具などを差し入れる場合は、レフェリーもしくは、ロービングアンパイアを介して渡すこと。
  - ・参加者に情報提供（例：WBGT31°Cを超えていることを周知する等）を行い、適切に休息、水分及び塩分補給を行うよう注意喚起を徹底するとともに、健康状態の確認・把握を行う。
  - ・熱中症リスクの高い生徒（暑熱順化が不十分・体調不良等）は参加の取りやめを検討するよう注意喚起を行う。

※「やむを得ず、開催・継続せざるを得ない場合」とは

日程・会場確保の都合等から中止が困難な場合、上位大会につながる大会を実施する場合。

## (2) WBGT 値が 33°C 以上の場合

そのゲームが終了した時点で中断。WBGT 値が 32.2°C を下回るまで再開させない。

再開させる場合は上記事項を検討の上で再開させる。

※身体を冷却するために冷房の効いた部屋を準備してください。体調が悪くなった際にすぐに利用できるようになるべくコートに近い場所をお願いします。

## (3) 測定方法

- ① 測定場所はコート上とする。各会場で暑熱環境が異なるため、会場ごとの判断とする。
- ② 2時間ごとに測定し、その時点での WBGT 値でヒートルールの適用、中止・中断の判断をする。再開については上記規定のとおりとする。

## 2. 热中症特別警戒アラートが発表時

熱中症特別警戒アラートが発表された場合、その日の大会は全日中止する。

※熱中症特別警戒アラートとは、過去に例のない広域的な危険な暑さでの発表を想定しており、愛知県内11か所の全ての暑さ指数情報提供地点において、翌日の最高暑さ指数が35に達する場合に発表されます。発表は前日の午後2時頃に発表されます。

## 3. 雷

稲妻が目撃、もしくは雷鳴が聞こえたら雷が接近しているので、会場にいる全員が安全な場所に避難する。最後の稲光が目撃、もしくは最後の雷鳴を聞いてから30分経過するまでは試合を再開しない。（ルールブックP.137より抜粋一部変更）

## 4. AED 及び救急搬送の確認

使用する会場のどこに AED があるのか確認しておく。また救急搬送する場合の通報者（学校の責任者・公営コートの責任者・レフェリーなど）と、搬送経路の確認を事前に行っておく。

## 5. 大会参加者等への周知及び指導について

大会参加者等へ以下の事項について周知し、自らが体調管理等を行うことができるよう日頃から 指導を行い、熱中症対策に対しての意識を高める。

- ① 水分及び塩分の適切な補給 ・運動中だけでなく、運動前や運動後においても適切に補給する。
  - ② 適切な休息 ・環境条件に応じて運動強度を調整し適宜休憩をとる。
  - ③ 適切な体温調整 ・帽子の着用、軽装、衣服を緩めるなど、体温上昇を防ぐ。必要に応じ、クーリングベストの 着用や手掌冷却など積極的な身体冷却を行う。
  - ④ 適切な体調管理 ・疲労、睡眠不足、発熱、風邪、下痢など体調不良時には無理をしない。
- 体調不良を感じた場合にはためらうことなく教職員等に申し出る。
  - 引率者は日常から生徒の体調を把握し、個人差を考慮し大会参加を決定する。また、暑さに慣れていない時期及び生徒についての判断は慎重に行う。
  - 大会会場への移動及び帰宅時も含めて、十分な熱中症予防対策を講じる。

冷却方法		冷却効果		実用性				簡便性	運動能力	備考
		核心	皮膚	運動前	運動中	休憩時	運動後			
外部 冷却	アイスバス	◎	◎	○	—	△	◎	△	○	冷却直後のスプリント運動や筋発揮に負の影響あり
	アイスパック	△	◎	△	△	◎	◎	◎	△	冷却効果はアイスバスの1/10程度
	クーリングベスト	△	◎	◎	○	◎	◎	◎	◎	運動中に着用できるが、重量が気になる場合がある。
	送風	△	○	△	—	◎	○	○	△	霧吹き／水噴射との組み合わせ可能、屋外でも使用可能
	頭部・ 頸部冷却	△	◎	◎	○	◎	◎	◎	◎	運動中使用できるが、核心までは冷えないので熱中症に注意
	手掌冷却	△	○	◎	—	◎	○	◎	○	温熱感覚に好影響、様々なスポーツ競技で実施可能
内部 冷却	水分補給	○	△	◎	○	◎	◎	◎	○	脱水予防やエネルギー補給が可能
	アイスラリー	◎	△	◎	△	◎	◎	◎	◎	電解質／糖質補給と冷却効果を組み合わせることができる

身体冷却方法とその特徴