沖縄県中学校体育大会における熱中症対策

沖縄県中学校体育連盟

みんなで熱中症に気をつけて安全な大会にしましょう!

事前対策

○　睡眠をしっかりとるなどして、体調を整えて参加しましょう。

○　通気性のよい服装や帽子着用をしましょう。

○　充分な飲料水や氷のうなどの冷却グッズを持参しましょう。

○　簡易テントなど日差しを避ける準備をしましょう。

会場での対策

○　水分をこまめにとりましょう。
　※ スポーツドリンクなど塩分・糖分を含む飲料が効果的。

○　休憩をこまめにとりましょう。
　※ 風通しのよい陰などで休む。

○　適宜、体温を下げることに努めましょう。
　※ つめたい飲食や氷のう、水道にて頭部・腕・脚などを冷やす。

○　健康観察を互いにこまめにしましょう。
　※ 体調の異変に気づいたらためらわず、すぐに救護室へ。
　※ 小さな子どもや高齢の方は特に注意する。

チームでの対策

○　控え場所は、太陽の動きも考えて、日差しを避け、風通しのよい場所にしましょう。
　※ チームのバスや宿舎を利用した待機・休憩等の工夫。

○　水分は自由にとることができる環境で、こまめにとりましょう。

○　ウォーミングアップは、できるだけ日差しを避けた場所を選びましょう。

○　応援はできるだけ日差しを避け、涼しい所でこまめに休憩をとりましょう。

○　生徒相互の健康観察を引率の先生と定期的にしましょう。
　※ 熱中症の可能性がある場合は、適宜マスクを外す。

○　自分や仲間の体調の異変に気づいたら、すぐに引率の先生に伝えて、救護室へ行きましょう。

人命を優先した大会運営により，競技方法など変更があるかもしれませんが，ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

沖縄県中学校総合体育大会における熱中症対策

沖縄県中学校体育連盟

大会会場本部対策

（１） 熱中症予防及び予防の観点から大会運営に努める。
　① 競技会場等の環境や気象状況に応じて、選手・役員・審判員・生徒役員等への水分補給や休息時間の確保、会場の換気や散水など、適切な判断を行う。
　② 会場の気象条件によっては、競技を中断する場合もある。
（２） 危機管理体制等の準備。
　① 危機管理組織の確認。
　② 緊急時対応フロー・連絡シートの準備。
　※ 混乱を避けるため、原則として大会会場本部（救護役員含む）が緊急車両等を要請する。
（３） 対策に必要な役員の配置。
　① 定期的に会場を巡視し、応援者等に対して給水や帽子着用等の呼びかけを行う。
　② 定期的に給水や注意喚起等のアナウンスを行う。
　※ 応援者等に対して、気分が悪くなった場合は日陰で休養することや大会本部に連絡すること等をアナウンスする。
　※ マスクの着用について、活動中や気候の状況等により、熱中症などの健康被害が発生する可能性が高いと判断した場合は、マスクを外すようアナウンスする。
（４） 開会式（開始式）・閉会式（表彰式）等への対策。
　① 式参加者及び実施形態の検討。（代表者等の人数調整・アナウンスによる式等）
　② 式実施場所の検討。（日陰・屋内施設等）
　③ 参加生徒の服装の軽量化、水分補給や帽子着用等の配慮。
　④ あいさつや表彰等の時間短縮、生徒を座らせる等の配慮。
　※ 状況に応じて理事会で審議し、各競技会場ごとの対策を決定する。
（５） 監督会議で対策を周知する。
　※ 事前に各地区理事長は参加校への趣旨等を伝達しておく。

競技方法対策

（１） 事前に専門部と協議し、対策のためのルールや競技方法の変更について案を作成しておく。
　※ 試合開始時間・競技時間・休憩時間・休憩及び給水タイムの設定や回数等。
（２） 状況に応じて専門部会で審議し、各競技ごとの対策を決定する。
（３） 監督会で対策を周知する。
　※ 事前に各地区専門部長は参加校へ趣旨等を伝達しておく。

施設・設備等の対策

（１） 空調がある施設では、可能な限り使用し、暑熱環境を整える。
（２） 救護室の設置。
　※ 熱中症指標計、気温・湿度計、体温計、血圧計、経口補水液、スポーツドリンク、氷等の準備。
（３） 可能な限り冷房の効く休憩室を確保する。
　※ 対象は、出場者・応援者・役員・生徒役員・審判員等。
（４） 待機場所にテント等の準備、チームのバス車両の利用。
（５） 給水施設の効果的配置。
　※ 誰でも自由に飲むことや補充ができる給水場所の準備。
（６） 対策事項の周知。
　① 救護室・ＡＥＤ設置場所・休憩室・給水場所等についてアナウンスや案内表示を行う。
　② 監督会議で対策を周知する。

参加者対策

（１） 事前対策及び健康管理の周知。（十分な睡眠、食事、休養）
　※ 朝、必ず全生徒（応援者・生徒役員含む）の健康観察を実施し、健康状態を確認する。
　※ 体調不良（寝不足、食欲不振等）の場合、無理して参加させない。
（２） 引率者による引率期間中の生徒の健康観察及び健康管理。
　※ 競技会場・ウォーミングアップ会場・応援場所・待機場所等。
　※ マスク着用による熱中症などのリスクを回避するため、会場の気温や湿度に注意しながら、適宜マスクを外したり、こまめに休息や水分補給をさせる。
（３） 状況に応じて、参加生徒の服装の軽量化や帽子等の着用。
　※ 試合間におけるユニフォームや道着の着替え。
（４） 飲料水や冷却グッズの準備と補充手段の確保、簡易テントや日傘等で日差しを避ける準備。
　※ 会場周辺の店や自動販売機の把握、保護者等との連携。
（５） 会場における生徒の動きの把握、定期的な人数確認及び健康観察。
（６） 事故発生時の連絡体制の確認。

参考サイト

○環境省
・熱中症予防情報サイト
https://www.wbgt.env.go.jp/

○文部科学省
・学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き・チェックリスト
https://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/anzen/1401870_00001.htm

○独立行政法人日本スポーツ振興センター
・熱中症の予防（学校等での事故防止対策集）
https://www.jpnsport.go.jp/anzen/anzen_school/bousi_kenkyu/tabid/337/Default.aspx

○公益財団法人日本スポーツ協会
・熱中症を防ごう
https://www.japan-sports.or.jp/medicine/heatstroke/tabid523.html#04

※ 熱中症警戒情報（通称：熱中症警戒アラート）発令時においても熱中症による重大な被害が生じるおそれがあるため、適切な熱中症対策を十分講じること。

※ 熱中症特別警戒情報(熱中症特別警戒アラート)発令時の対応について

昨年４月より、「熱中症特別警戒情報(熱中症特別警戒アラート)」の新設などを内容とする改正気候変動適応法が全面施行されました。熱中症特別警戒アラートは、当該日の前日午後2時頃に発表されます。同情報が発令された場合には、生徒の生命の安全を最優先し、**屋外競技における当該日の競技を中止**することとします。