

## 健康・安全面に配慮した大会運営を

愛知県中小学校体育連盟東三河支部

### 熱中症対策について

大会運営における熱中症予防対策に関しては、(公財)日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」の熱中症予防のための運動指針(WBGT31℃以上では、「特別な場合以外は運動を中止する」)を用いることを原則とする。

- ① 可能な限り冷房のある休憩室を確保
- ② WBGT 値を測定する熱中症指標計を準備し、データの確認
- ③ 熱中症予防に関わるデータ収集と今後の予測の確認  
(環境省熱中症予防情報サイト、大塚製薬ホームページ熱中症サイト等により)
- ④ 体温計、補水液等の用意
- ⑤ WBGT 31℃を超えたときには、あらかじめ決めた規定により大会を終了する。

大会を運営する場合には、競技の特性を考慮し、柔軟な対応(給水タイムや休憩時間の増加、選手交代等の規定の緩和、試合時間の短縮、延長戦規定の見直し等)について、大会前に各運動部で決めておき、出場校に周知しておく。

その際は、熱中症事故防止など、選手のみならず観戦者や大会に関するすべての人の安全管理にも万全の対応を講じることとする。

～熱中症の応急措置について～ ※大会当日の監督会議で確認をお願いします

- ① 日の当たらない涼しい場所に寝かせ、衣服を緩め、水分や塩分を補給してください。そして、積極的に体を冷やすなどの応急手当をしてください。
- ② 少しでも意識障害が見られる場合は、すぐに救急車を要請してください。到着までの間、積極的に体を冷やすなどの応急手当をしてください。

### 熱中症特別警戒情報(アラート)が発表された場合

・熱中症特別警戒情報・・・全競技中止(前日14時発表)

### 落雷事故防止について

- ① 認識しておきたいこと
  - ▶ 東海地方は、岐阜県北部を含む中部山岳地帯が、全国的に見ても雷の多発地帯に入っている。
  - ▶ 電圧は10億ボルト、電流は数万アンペアにも達するため、落雷の直撃を受けると死亡する場合が多い。
- ② 注意事項
  - ▶ 気象状況が不安定な時、悪天候が予想される時は、早く情報を入手し、安全に十分配慮してください。
  - ▶ 大雨・洪水・雷雨等の注意報や警報が発令されている場合の屋外での活動には、細心の注意をはらってください。
  - ▶ 雷鳴が聞こえた時は、建物(特に鉄筋)の中に避難させてください。
  - ▶ 避難場所がない時には、すぐに競技者を座らせてください。(立っていると落雷を受けやすく、寝そべると地表を伝わる電流の影響を受けやすい)
  - ▶ 木にもよく落雷があるので、木には近づかず、枝や葉先より2m以上離れるようにしてください。
  - ▶ 雷の間隔は10秒程度あるので、その合間に、より低い安全な場所に移動させ、雷雲の通り過ぎるのを待ってください。(中断・中止の判断)
  - ▶ 雷鳴が遠かったり、雨がやんだりしたからといって、すぐに屋外へ出るのは大変危険です。遠くても雷鳴が聞こえれば、落雷点から10～15km以内と考えて十分警戒してください。