

## 1種委員会 熱中症対策について

(一社) 山梨県サッカー協会  
1種委員長 神野 敏也

日頃から社会人サッカー連盟の事業に、ご理解ご協力をいただき感謝申し上げます。  
さて、JFAより、3月に『熱中症対策ガイドライン』が通達されました。  
これを受け、今年の各リーグ戦及び各種大会、TR, TMの対応策として、大会開催会場環境  
等も踏まえ、当ガイドラインへの対応は下記内容で考えております。

また、大会／試合実施時の規制（当日の対応）として、各会場にWBGT計を準備し、  
計測した数値により対策を講じる。

チームにおいて、WBGT計を携帯し、チーム内で熱中症予防対策を行うこと。

### 【試合前・練習前の対策】

1. 必ず、指導責任者（監督責任者）において、試合・練習を実施する。
2. 試合時間を可能な限り配慮し、11:00～15:00の間は熱中症対策Aを講じる。
3. 試合前及び練習前に選手の体調チェックを実施し、水分補給等を充分行う。
4. **Cooling Break**（日陰にあるベンチに入り休む、氷、アイスパック等でカラダを冷やし、必要に応じて着替えをする等）休憩時間を確保し、十分な水分補給を行う。
5. 熱中症対応が可能な救急病院の確認を行う。

### 【1種委員会の大会等における対策】・・・対策Aを講じる

1. 参加チームはテント等の準備を行い、日射を遮る。
2. 試合開始前には、事前に飲水タイムの有無の確認を行う。
3. 各チーム試合前及びハーフタイム時に事前にピッチ周辺に飲水用のボトルを用意しておくこととベンチ内での飲水の環境を整える。
4. 各会場にWBGT計を備える。
5. 審判員や運営スタッフ用に氷・スポーツドリンク・経口補水液を準備する。
6. 熱中症対応が可能な救急病院を確認する。
7. **Cooling Break**（日陰にあるベンチに入り休む、氷、アイスパック等でカラダを冷やし、必要に応じて着替えをする等）を実施する。（WBGT=28℃以上）
8. 試合開始時間等を可能な限り配慮する。

※ 飲水は、天然芝及び人工芝では、水を使用し会場外では、スポーツドリンク及び経口補水液等を使用可とする。

環境省 「熱中症予防情報サイト」を参考に使用願います。

<http://www.wbgt.env.go.jp/>