

熱中症対策ガイドライン

夏季における大会実施とチーム活動

令和5年8月（改訂版）

横浜市ミニバスケットボール連盟

1 夏季における大会

7月、8月における大会はエアコンの利く公設体育館など熱中症対策に万全を期せる場合は行ってもよい。但し、エアコンの利かない体育館においては以下の注意点を踏まえて大会開催の判断を主催者が行う（給水タイム導入可否等を含む）

夏季における気温の上昇が和らいだということではないので、**子どもの生命・体調が第一優先**となります。体調不良を訴えた人や暑さを理由に大会を棄権するチームの判断を尊重し、決して強制や同調圧力等が働くことが無いようにしてください。体調不良を申告しやすい環境作りにも努めてください。

2 熱中症予防対策

(1) 暑さ指数（WBGT）の活用

気温、湿度、輻射熱を合わせた**暑さ指数（WBGT：Wet Bulb-Globe Temperature）**を基準とし、試合の実施可否について検討してください。環境省「環境省熱中症予防情報サイト」<http://www.wbgt.env.go.jp/>等の活用や、実際に活動場所をWBGT計で計測してください。

(2) 給水タイムの適用

給水タイムのタイミング	各クォーター開始3分をめぐりにタイマーが止まった時
給水時間	30秒間（ベンチに戻ってプレー再開まで）
給水タイム実施者	TO（指導者）・審判等連携して行う
給水タイム実施条件・期間	7月、8月に行われる全試合

給水タイムはタイムアウトではないので、ベンチの指示は禁止です

(3) 個人差を考慮

体力がない人、肥満の人、暑さに慣れていない人等は、熱中症を起こしやすいので無理をさせないでください。特に、新型コロナウイルス感染症の影響で十分に練習ができていないチームは注意が必要です。

(4) 身体的負担が少ないスケジュール

原則、一日一試合のみとし可能な限り会場滞在時間を短縮したスケジュールとしてください。

試合前日は長時間の練習を行わず、試合翌日も練習時間の短縮や休養日とすることを検討してください。

(5) 異変を感じたら、すぐに対処する

子どもの異変を察知した場合、運動を中止させ、応急処置をしてください。

3 暑さ指数(WBGT)と対応

試合日前

- 活動中に WBGT=28℃以上となることが予測される場合
 - ⇒ 緊急対応用に、氷・スポーツドリンク・経口補水液を各チームで十分に準備する。
救急体制の確認等する。
- 活動中に WBGT=31℃以上となることが予測される場合は原則延期、中止する。
(状況を踏まえて大会主催者が判断をする)

試合当日

- 活動開始時に WBGT=31℃以上の場合は原則延期、中止する。
- 活動中に WBGT=31℃以上となった場合は、時間の短縮や、プログラムの変更を行う。
- 気象の変化による温度変化に注意し、柔軟に対応する。

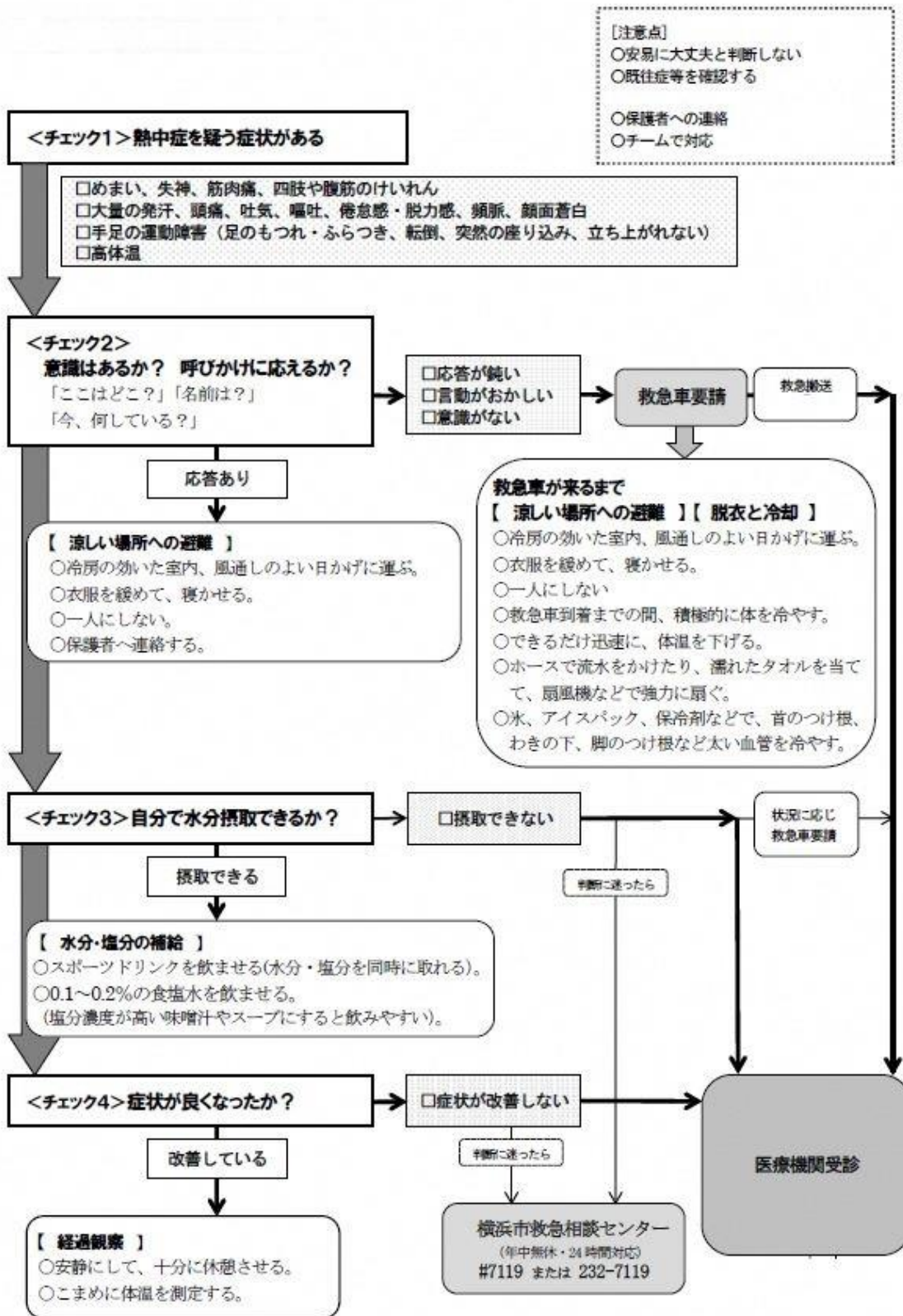
4 チーム活動

通常の練習及び練習試合等の活動においても上記【2 熱中症予防対策】に照らし合わせ無理のない計画と活動を心掛け場合によっては活動の中止を判断してください。

5 その他

7、8 月に限らず、暑い日の練習、試合に参加する場合は、子どもであれば保護者の同意と責任、大人であれば自身の判断と責任の下で参加してください。

6 熱中症の応急措置



7 参考文献

- 横浜市立学校 熱中症対策ガイドライン 令和2年5月
横浜市教育委員会事務局 (令和2年5月)
- 熱中症 環境保健マニュアル 2018
環境省環境保健部環境安全課 (平成30年3月)
- 熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー
独立行政法人 日本スポーツ振興センター 学校災害防止調査研究会 (平成30年)
- スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック
公益財団法人日本スポーツ協会 (平成30年7月20日)
- 夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン 2018
環境省環境保健部環境安全課 (平成30年3月)
- 大和市熱中症対策ガイドライン
大和市教育委員会 指導室 (平成30年)
- 戸田市立小・中学校熱中症予防指針
戸田市教育委員会 (平成30年8月24日)
- 大和郡山市教育委員会 熱中症対策マニュアル
大和郡山市教育委員会 (平成27年)
- 学校における熱中症予防対策マニュアル
四日市市教育委員会 (平成31年3月)