

平成28年6月15日

第4種委員会委員各位  
加盟登録チーム代表各位

(公財)埼玉県サッカー協会  
第4種委員長 東島雅之

### 熱中症対策<ガイドライン>について

梅雨の候、本委員会事業に対しまして、ご理解ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、近年、気候の変動により夏季の気温上昇が著しく、熱中症による事故が増加傾向にあることに鑑み、先般JFAから2016年3月10日付にて熱中症対策についてのガイドラインの通達がありました。

また、これに併せ本県協会からは、6月8日付にて今年度の方向性の決定について通達がありました。

これらを踏まえ、当委員会は人命尊重という立場から、採用可能なものから適宜運用することとし、下記のとおり遵守基準を策定しましたので貴所属の指導者、関係者に周知徹底されるよう通知します。

#### 記

当面取り得る対応

JFA熱中症対策〈A〉より

- ① ベンチにテントを設置し、日射を遮るようにする。(主催者及び参加チーム協力)
- ② ベンチ内でスポーツドリンクを飲めるようにする。  
※埼玉スタジアム、浦和駒場スタジアム、NACK5スタジアム、堀崎グラウンド、熊谷スポーツ文化公園陸上競技場＝50%に薄めればOK
- ③ 会場にWBGT計を準備し、試合開始ごとに計測する。
- ④ 審判員、運営役員、緊急用に、氷、水等及び経口補水液を準備する。
- ⑤ 会場に看護師を常駐させる。(従来より実施)
- ⑥ 6月15日から9月15日までの試合(練習・ゲームにも適用)については、必ず「Cooling Break」を設ける。

#### ◆クーリング・ブレイクについて

・前後半1回ずつ3分間とする。

- ① ベンチに戻してテントのなかで休ませ、身体を冷やす。
- ② スポーツドリンクの飲水許可＝※会場による
- ③ 指導者の試合に対する指導はOK
- ④ その他、選手の冷却処置に使う器具類は本部の許可を得て使用する

#### ◆その他

- ・指導者に望むこと。

①熱中症ガイドラインを熟知すること。

②選手の健康管理に努めるとともに、体調に変化を認めたときは出場を取り止めるなど「選手の命が大事」といった視点に立った対応を優先すること。

③症状が見られると判断したときは、近隣の者に協力を求める等により初期の処置を適切に行うこと。（チーム間を問わず相互に選手を見守る。）

#### ◆次年度以降の課題

①WBGT = 31℃になる時期に大会を実施しないなど、日程変更も視野に検討する。

#### ◆試合等の対応

- ・JFAの熱中症対策を熟知し、安全第一な運営に心がけること。
- ・今回の対応策に沿った準備を行うこと。
- ・試合開始時刻を早める等、日中の12時から15時は休憩タイムを導入するなどの調整を図ること。
- ・夏場の試合時間を極力15分ハーフにすることを検討すること。

#### ◆参考

##### 【熱中症の新分類】

I度 ・めまい、たちくらみがある。  
・手足の筋肉が痛い。  
・汗が拭いても拭いても出てくる。

II度 ・頭痛がする。  
・吐き気がする、吐く。  
・からだがだるい。

III度 ・意識がない。  
・からだがひきつる。(けいれん)  
・呼びかけに対し返事がおかしい。  
・真っすぐに歩けない、走れない。  
・体温が高い。

##### 【対処法】

I度 ・涼しい、風通しの良い場所に移す。  
・安静にして体を冷やす。  
・水を飲ませる。

※熱痙攣では0.9%食塩水、熱疲労では0.1~0.2%の食塩水又は経口補水液

- Ⅱ度
- ・Ⅰ度の対応を持続する。
  - ・誰かが必ずそばで見守り、短時間で症状が改善しなければ病院へ搬送する。
  - ・Ⅲ度に悪化した場合も病院へ。
- Ⅲ度
- ・Ⅰ度・Ⅱ度の対応を継続する。
  - ・躊躇せず救急車を要請、病院へ搬送。

※ J F Aからの通知文書及び熱中症ガイドライン、S F Aからの熱中症対策文書については、S F A公式ウェブサイトから確認してください。

「選手の命を守る」という観点から、役員、指導者及び関係者の協力  
の下に、事故のない安全な運営に努めましょう。