

2019年 10月 1日

高浜 FC 保護者様 御中

高浜フットボールクラブ代表  
野々山 正人

### 熱中症対策マニュアル

近年夏は厳しい暑さが続いています。この暑さの中、子どもたちの健康を第一に考え、高浜フットボールクラブとしての熱中症対策を取り決めました。今後は、これに沿って試合・練習を行っていきたいと考えます。

#### 【試合を行う基準】

- ① WBGT 値が 31 °Cを超える場合は試合を行わない。
- ② WBGT 値が 28 °Cを超える場合は JFA の熱中症対策に従う。

#### 【練習を行う基準】

- ① WBGT 値が 31 °Cを超える場合は練習を中断、日陰で行えるトレーニングを行う。
- ② WBGT 値が 28 °Cを超える場合は JFA の熱中症対策に従う。
- ③ 体育館等の屋内でフットサル等の試合を行う場合も、同じガイドラインを適用する。  
ただし、同じ WBGT 値でも屋外に比べて熱射・輻射が少ないが高湿度傾向にあるので、  
風通しを良くするなどの対策を講じる必要がある。  
また、建物自体に熱がこもるため日没後も WBGT 値が下がりにくい傾向があることにも注意すること。

#### 【公式戦、大会参加時】

- ① 本部の決定事項に従う。

#### ～JFA 熱中症対策～

- (1) ベンチを含む十分なスペースにテント等を設置し、日射を遮る。  
※ 全選手/スタッフが同時に入り、かつ氷や飲料等を置けるスペース。
- (2) ベンチ内でスポーツドリンクが飲める環境を整える。  
※ 天然芝等の上でも、養生やバケツの設置等の対策を講じてスタジアム管理者の了解を得る。
- (3) 各会場に WBGT 計を備える。
- (4) 緊急対応用に、氷・スポーツドリンク・経口補水液を十分に準備する。
- (5) 熱中症対応が可能な救急病院の把握。
- (6) [Cooling Break]または飲水タイムの準備をする。
- (7) 屋根の無い人工芝ピッチは原則として使用しない。