

各加盟団体会長 殿

公益財団法人分県スポーツ協会
会 長 麻 生 益 直
(公 印 省 略)

熱中症事故の防止について (通知)

標記のことにつきましては、日頃から御配慮をいただいているところですが、熱中症事故の多発が懸念される時期に入ったこと、及び、新型コロナウイルス感染症による学校の臨時休校が解消されたことから、気温及び湿度などの環境条件及び別添資料1に示す運動に関する指針に基づき、スポーツ活動の適否を柔軟に判断するとともに、実施する際においても、下記の事項に十分留意して事故防止に向けた組織的な取組が講じられるよう、貴団体関係者に指導願います。

記

1 子どものスポーツ活動

- ・長期の臨時休業により体力が回復していない子どももいるため、活動中はこまめに休憩・水分を取り、状況によって練習の時間や回数、強度を段階的に上げるなど、熱中症を含む怪我等の防止に十分留意すること。

2 熱中症の予防

①健康観察

②水分及び塩分の補給 (活動前、活動中、活動後)

- ・水分や塩分の補給ができる環境の整備 (スポーツドリンク、経口補水液)

③休養等

- ・気温及び湿度の状況による活動内容や時間の見直し
- ・適切な休養の確保 (例：30分に1回など)

3 熱中症の症状

①めまい、失神、筋肉痛、筋肉の硬直、手足のしびれ、気分の不快

②頭痛、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感

③意識障害、けいれん、手足の運動障害、高体温、肝機能障害、腎機能障害、血液凝固障害

※②、③は救急搬送

(出典：環境省 熱中症環境保健マニュアル2018)

4 熱中症事故の留意点

- ・対象者に既往症もなく、体調不良もない状態で屋内・屋外、運動中や運動以外を問わず上記①の症状が見られる場合は、まず、熱中症を疑い早期に水分・塩分補給、体温の冷却、病院への搬送等適切な処置を行う。
- ・病院への搬送が必要な場合は、迅速に救急車を手配するとともに、関係者へ速やかに報告すること。

5 新型コロナウイルス感染症に関する留意点

- ・活動前の検温、手洗い、手指の消毒、咳エチケット、うがい等、基本的な感染防止対策の徹底すること。
- ・各中央競技団体が示す感染防止ガイドラインに従うこと。
- ・活動時のマスク等の着用は原則必要ない(競技別ガイドラインによる)。活動時以外の場面ではマスクの着用が望ましいが、夏季の気温・湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高まることから、熱中症への対応を優先させること。

公益財団法人分県スポーツ協会
担当：渡邊 097-504-0888