

## 中越リーグにおける熱中症対策について

平成 30 年 7 月 12 日  
中越リーグ 担当者

7 / 8 (日) に開催された中越リーグ第 4 節において、試合中の飲水タイム中に選手が熱中症による胸部の痛みを訴え、救急搬送される事故がありました。幸いにも当該選手は、搬送先病院での点滴治療により容体が回復し、その日のうちに無事に帰宅できました。

今後の再発防止のために、J F A の熱中症対策ガイドラインに沿って、下記のとおり WBGT (または換算気温) を基準として、「Cooling Break」を積極的に導入するようにします。

なお、リーグ戦のスケジュールおよび試合時間 (15 分ハーフ) 等については、変更せずにリーグ戦を行いたいと思います。また、来年度以降の中越リーグのレギュレーションにおいて、熱中症対策については要検討課題としたいと考えております。

今後も気温が高い状況でのリーグ戦の開催が予想されますので、各チームともこれまで以上に選手達の熱中症対策には、ご配慮いただくようよろしくお願いいたします。

暑さ指数 (WBGT)	換算気温 (参考)	対策内容	備考
31℃以上	35℃以上	<b>試合中止 および 延期</b>	
28～31℃	31～35℃	<b>「Cooling Break」</b> を前後半 1 回ずつ、それぞれ半分の時間が経過した頃に 3 分間行う	ピッチ上可能ならチームベンチに日射用テントを設置する
25～28℃	28～31℃	<b>「飲水タイム」</b> または <b>「Cooling Break」</b> を前後半 1 回ずつ、それぞれ半分の時間が経過した頃に 3 分間おこなう	ピッチ上可能ならチームベンチに日射用テントを設置する

※ 上記はあくまで基準であり、最終的に当日の気象状況や会場状況等により会場担当およびリーグ戦担当が総合的に判断するもの

### 「飲水タイム」

前後半 1 回ずつ、それぞれ半分の時間が経過した頃に行う。  
30 秒～1 分間程度、チームベンチ前等のピッチ上で飲水する。  
**選手はピッチからは出れない、コーチングはできない**  
中越リーグでは、試合時間を止めず、ランニングタイムで行う

### 「Cooling Break」

前後半 1 回ずつ、それぞれ半分の時間が経過した頃に行う。  
3 分間、チームベンチに入って日陰で飲水して休む。  
**選手はピッチから出れる、コーチングはできる**  
3 分間試合時間を止めて、その後に試合を再開する