

## 熱中症事故防止に係る対応の徹底について（通知）

令和8年8月2日

各チーム代表者 様  
各チーム指導者 様  
各保護者 様

一般社団法人茨城県バスケットボール協会  
U12 部会

平素より、本協会 U12 カテゴリーの事業運営につきまして、格別のご理解とご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

近年、記録的な猛暑が続き、熱中症による重大事故の危険性が一層高まっております。熱中症は適切な予防と迅速な対応により防ぐことができる一方で、対応を誤れば生命に関わる重大な事故につながるおそれがあります。

つきましては、選手をはじめ、審判員、テーブルオフィシャル（TO）、指導者、大会役員など大会及び練習に関わる全ての関係者の生命と健康を最優先とし、下記の事項について徹底いただきますようお願いいたします。

### 記

#### 1 活動前の健康確認

- ・体調不良、発熱、睡眠不足等、熱中症のリスクが認められる場合は、活動への参加を見合わせる。
- ・選手の健康状態について、保護者と指導者が十分に情報共有を行うこと。

#### 2 活動時の安全管理

- ・冷房設備、送風機等を積極的に活用するとともに、十分な換気を行うこと。
- ・気象状況等を踏まえ、必要に応じて活動時間の短縮又は活動の中止を判断すること。

#### 3 水分・塩分補給

- ・のどの渇きを感じる前から、こまめな水分及び塩分補給を行うこと。
- ・必要に応じてスポーツドリンク等を活用し、適切な補給に努めること。

#### 4 休憩及び生活管理

- ・十分な休憩時間を確保するとともに、日陰や冷房の効いた場所で身体を冷却すること。
- ・日頃から十分な睡眠及び朝食の摂取に努め、冷却用品等を積極的に活用すること。

#### 5 熱中症が疑われる場合

- ・直ちに活動を中止し、身体の冷却及び水分・塩分補給を実施すること。
- ・意識障害、けいれん、応答異常等の症状が認められる場合は、直ちに 119 番通報し、速やかに医療機関へ搬送すること。

#### 6 大会及び練習の運営

- ・大会責任者及び指導者は、選手の生命と健康を最優先として大会及び練習を運営すること。
- ・必要に応じてメディカルタイムアウトを実施すること。メディカルタイムアウトは、選手・審判員・TO が水分・塩分補給及び身体冷却を行うための安全対策であり、実施方法は大会要項等により周知する。実施中は速やかにベンチへ戻り、水分補給及び身体冷却を行うこととし、審判員及び TO についても適切な給水及び休息時間を確保すること。
- ・真夏日（最高気温 30℃以上）が予想される場合又は真夏日となった場合には、選手の健康及び安全確保の観点から、原則として 1 日当たりの試合数は 2 試合までとすることが望ましい。また、必要に応じて 1 クォーターの競技時間を短縮するなど、暑熱環境に応じた大会及び練習を運営することが望ましい。
- ・大会責任者は、気象状況等を総合的に勘案し、必要に応じて試合時間の変更、中断又は大会若しくは練習の中止その他必要な措置を講じること。

#### 7 関係者へのお願い

- ・熱中症予防は、選手だけでなく、審判員、TO、指導者及び大会役員を含む全ての関係者が対象です。
- ・体調に異変を感じた場合は、直ちに申し出るとともに、周囲の関係者も速やかに適切な対応を行ってください。
- ・全ての関係者が「無理をさせない・無理をしない」という共通認識のもと、安全で安心な大会及び練習環境の確保にご協力をお願いいたします。

以上