

令和6年度 第75回山梨県中学校総合体育大会における「熱中症特別警戒アラート」発表時および通常の熱中症対策

競技名	「熱中症特別警戒アラート」発表時の対策	通常の熱中症対策
陸上競技	<ul style="list-style-type: none"> 12:00～15:00の最も暑い時間帯を避けるようなタイムテーブルに組み替えて実施する。トラック競技は予選ラウンドを無くし、タイムレース決勝にしたり、フィールド競技は試技回数を減らすなどの対応をする。 日格的に、日にちの延期は出来ないため、18:00以降のナイター実施も場合によっては準備しておく。 この時間帯、競技役員、保護者、生徒、全員を日陰や部屋などに入れて、暑さを凌げるように呼びかける。また大会本部で巡回して様子を見守り、体調不良者への対応がすぐに出来るように注意する。 	<ul style="list-style-type: none"> 観客席、生徒、競技役員に対して、水分補給、日陰への移動、帽子の着用などの注意喚起のアナウンスを頻繁に行う。 小瀬の各部屋のエアコンを積極的に活用し、競技役員や具合の悪い生徒、保護者が休める部屋を確保する。 100mスタート、ゴールにミストファンとスポットクーラーをレンタルで借りて来て増設し、生徒が競技前後に少しでも涼める環境を作る。 3000mでの朝一の実施と給水所の設置を行う。
水泳競技	<ul style="list-style-type: none"> 県小中体連事務局と連携を密にとり、大会運営上、右の通常の対策に加え以下の対策を行うことを確認しつつ、中止を含め大会運営の在り方について検討する 準備が整い次第、可能な限り早めに午前競技をスタートさせ、昼休憩の時間を長めにとり、午後競技の開始時間を遅らせることにより、暑い時間帯における活動を避けるよう努力する。 暑くなっているときの給水だけでなく、活動(レース)前にも必ず適度な水分補給をさせた上でレースに入らせる。 レース間を通常に比べさらに余裕をもった大会運営を行う。 通告による場内アナウンスをより一層頻繁に行う。また、各校顧問が協力し巡回を増やし、生徒の体調確認を行う。 レースがない生徒は、応援する場合であっても必ず日陰になる場所で行わせ、炎天下の場所にいないようにさせる。 競技役員への対策のためにも、簡易テントの持ち込みなど、大会本部や各校でできることを最大限おこなうよう各校に協力を呼びかける。 	<ul style="list-style-type: none"> 水泳連盟から来ていただける看護師さんと連携を密にする。 開会式での連絡、競技間等に通告等の場内アナウンスで定期的に呼びかけを行う。 WBGT測定器を利用し、定期的に測定する。 天候を見て判断し、表彰控え場所等にもテントを設置する。 大会本部として、熱中症対策費を使い、氷、経口補水液(OS-1等)を多めに準備する。 総合体育大会は1日開催とし、選手の負担を減らす。 午前の競技が予定よりも早く終了した場合でも、午後の日程を早めることはせずに、昼休憩の時間を予定よりも長めにとることにより、配慮を行う。
バスケット	<ul style="list-style-type: none"> 使用する体育館が全会場エアコンつきの体育館で実施できる日は、通常の熱中症対策を行う中で注意しながら試合を行う。(4日目小瀬スポーツ公園会場の場合のみ) エアコンが完備されていない会場が1会場でもある1～3日目の場合には、全会場、メディカルタイムアウトを実施した上で試合を行う。(メディカルタイムアウト・・・1試合1Qあたり、8分のうち4分が経過したところで、30秒間の給水、休息のみ目的としたタイムアウトをとる。それを4Qごと行う。) 	<ul style="list-style-type: none"> 各会場に養護教諭、保健師、看護師の配置をしていただき、生徒の健康面について配慮する。 大会前における出場チームへの連絡を行い、熱中症対策に必要な準備をするように徹底する。
サッカー	<ul style="list-style-type: none"> 河口湖・富士吉田の試合以外は、午前中キックオフの2試合のみに設定している。 時間設定を調整し、生徒たちが会場にいる時間を短く設定する。 前後半の真真中にクーリングブレイク(3分)を実施するとともに、さらにその半分(7分30秒)ごとに飲水タイム(1分程度)を設ける。 それでも対応できそうにない場合は、予備日に試合を延期し、その日の活動を自粛する。 	<ul style="list-style-type: none"> 初日以外、全ての会場を河口湖・富士吉田に設定した。 WBGTの値を30分置きに計測し、31℃に近づいた場合は、前後半の真真中にクーリングブレイク(3分の休憩)を実施する。 各チームに暑熱対策として、噴射機や氷水につけたタオル、経口補水液等の用意をするよう促す。
ハンド	<ul style="list-style-type: none"> 1日目(塩山体育館) 通常の熱中症対策に加えて、大型扇風機の増設と、本来チームが要求できるタイムアウトの数以外に本部水分による補給のためのタイムアウト(クーリングブレイク)の実施。観客席にも扇風機の設置。噴射機や氷水につけたタオル、経口補水液等の用意など各チームへの熱中症対策への指示。WBGT測定器の使用。 2・3日目(小瀬体育館) エアコンを常時使用、WBGT測定器の使用。本来チームが要求できるタイムアウトの数以外に本部水分による補給のためのタイムアウト(クーリングブレイク)の実施。各チームへの熱中症対策を講じるよう指示。 	<ul style="list-style-type: none"> 大型扇風機6台・工業用扇風機4台を使用する。コロナ禍までは解放しなかった扉を開放、ファンも回す。
軟式野球	<ul style="list-style-type: none"> 第3試合となる12:00以降の試合は予備日に延期する。 	<ul style="list-style-type: none"> 「熱中症予防対策マニュアル」を基本に、準備、対応を行う。 簡易テントの設置やベンチ内に扇風機を持ち込むなど、大会本部やチームでできることを最大限行う。 2、4、6回終了時に給水の時間を確保する。 各会場で熱中症対策グッズとして、氷や経口補水液、アイシング道具等を用意する。
体操	<ul style="list-style-type: none"> 小中体連と大会実施の可否を相談の上、決定する。 ※体操競技は、冷房設備のない緑ヶ丘体育館で行われるため、前日の時点で熱中症特別警戒アラートが発出されている場合、実施は見送ることが望ましいと考える。 ※専門部としては、関東大会予選を6月に行われる選手権で兼ねるため、7月の総体であれば中止をしても問題ないと考えている。 	<ul style="list-style-type: none"> 対策としてセッティング時間の縮小、休憩・水分補給の確保、給水所の設置、ゆとりのある時間設定、指標を見ながらの指示や放送の徹底
新体操	<ul style="list-style-type: none"> 「熱中症特別警戒アラート」に対する、山梨県小中学校体育連盟のルールに沿って大会を運営する。 「熱中症特別警戒アラート」が発表されたことを全体へ周知する。 通常の熱中症対策の強化を行う。 大会選手、審判員、大会役員への水分支給と声掛けの強化を行う。 試合の延期、もしくは、夕方開催(競技を1種目に絞る)などの検討を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> 大会時に、暑さ対策を各自行うよう事前に連絡する。 タブレット、経口補水液、冷却材を準備し、会場に常備、配布する。 試技と試技の間にドアを開放し換気を行う。 緑ヶ丘から、冷風機やミストを貸していただき、設置する。 体調不良者が出た際は、緑ヶ丘のクーラーが効いた部屋で対応・処置を行う。
バレー	<ul style="list-style-type: none"> 空調のきく体育館を確保し大会を実施する。 空調設備のない体育館をする場合は、比較的涼しい北杜市営の体育館を使用する。 試合会場を空調の利く体育館に移すなどの対策をとる。(白州体育館2面を日本航空体育館と小瀬体育館に移す) (1日目通常時:小瀬体育館3面・日本航空3面・大泉2面) (1日目緊急時:小瀬体育館4面・日本航空4面) 大型扇風機を利用し室温上昇への対策を行う。 試合間はできるだけ換気を行い室温上昇を防ぐ。 看護師を各会場に配置するとともに、救護室を使用する。 審判等の生徒役員にもセット間などに給水を行うように指示する。 	<ul style="list-style-type: none"> 空調のきく体育館を確保し大会を実施する。空調設備のない体育館をする場合は、比較的涼しい北杜市営の体育館を使用する。 大型扇風機を利用し室温上昇への対策を行う。 試合間はできるだけ換気を行い室温上昇を防ぐ。 看護師を各会場に配置するとともに、救護室を使用する。 審判等の生徒役員にもセット間などに給水を行うように指示する。
ソフトテニス	<ul style="list-style-type: none"> 高温の際には大会を一時中断する措置を取り、参加生徒全員で休憩をする。また、その日の大会日程が消化できない場合は予備日などに大会日程を変更して競技を行う。 テニスコートへのクーラーボックスの持ち込みを許可し、体を冷やすことを許可したり、試合以外の生徒(応援生徒)は特にベンチ付近にいても、試合が見える範囲の日影などで待機することを認める。 	<ul style="list-style-type: none"> 小中体連ホームページで、専門部としての熱中症予防対策についてのお願いを掲載し、熱中症予防に対する周知徹底を行う。 大会当日は、放送で頻繁に呼びかけ(給水や帽子の着用、日陰での休養など)をする。 養護教員や看護師を配置し、有事の際の指示を仰ぐ。 ヒートルールの適用(休憩時間を3分に伸ばす、チェンジサイズなどにも給水できる回数を増やすなど) 試合が連続になるとときには、10分～15分間の休憩時間をする。 テント設置スペースを設けて、テント設置可能場所を多くする。 ベンチでの日傘の使用、チェンジサイズ時の「うらわ」や「せんす」の使用を認める。

卓球	<p>【冷房がある施設の場合】 常時、エアコンを使用して大会を実施する。</p> <p>【冷房がない施設の場合】 12:00以降の試合は別に日程を設けて実施する。</p> <p>※冷房がない緑ヶ丘で、熱中症特別警戒アラートが発令された場合、別日に会場を予約しなければならないが、様々な種目で予約が埋まっているため、会場を押さえることが非常に困難だと思われる。</p>	放送でこまめな水分補給をするように呼びかける。また冷房の使用により、暑さへの対応をする。
バドミントン	<ul style="list-style-type: none"> ・エアコンを常時使用する。 ・試合が続く選手については、時間的な配慮を行う。 ・水分を多くもたせるように会議で確認し、適切に水分補給をするように促す。 	<ul style="list-style-type: none"> ・小瀬体育館のエアコンを常時使用する。 ・WBGT測定器の使用。 ・看護師に常駐していただく。
ソフトボール	<ul style="list-style-type: none"> ・給水タイムを増やす。(2回の表・3回の裏・5回の表・6回の裏に給水タイムを入れる) ・試合時間を変更する。(1試合目は8:50～2試合目は14:30～)。チーム数によっては、2面→3面で実施し、1日1試合の消化を目指す。 ・予備日を使用し試合日程を変更する。延期した日は活動を自粛する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・会場を南都留開催にして実施する。 ・3回表5回裏に3分間の給水タイムを導入する。また同一チームが20分守備をした場合にも給水タイムを導入する。 ・各チームに熱中症対策タブレットOS1ドリンクを配布する。 ・本部の準備としては、クーラーBOXに氷・保冷剤・OS1等の準備を行う。 ・審判への給水を積極的に行う。 ・1日1試合で大会運営を行う。
柔道	<ul style="list-style-type: none"> ・発令された場合、部長及び審判長と協議し大会実施の判断を行う。 ・大会実施の場合は熱中症特別警戒アラートの発表があった旨をアナウンスし、水分補給の等の呼びかけを適宜行う。 ・審判員や役員への水分補給(水のペットボトルを支給) ・空調の使用 ・熱中症セット(WBGT測定器、耳式体温計、うちわ、OS-1、熱中症の応急処置マニュアル、記録用紙)の作成。 ・冷房がある救護室を別途準備。 ・十分な量の経口補水液や氷を用意。 ・アップ会場でのエアコンの使用、選手控えに扇風機の設置。 	<ul style="list-style-type: none"> ・呼びかけの徹底。 ・審判員や役員への水分補給。 ・氷の準備 ・空調の使用。(県で負担していただき、本当にありがとうございました。) ・熱中症セット(WBGT測定器、耳式体温計、うちわ、OS-1、熱中症の応急処置マニュアル、記録用紙)を作成。今後も使用していきたい。
剣道	<ul style="list-style-type: none"> ・「熱中症特別警戒アラート」が発令されたことを全体へ周知する。 ・通常時の熱中症対策に準じる。 	<p>空調設備を稼働させる。</p> <p>個人戦すべての試合と団体戦の代表者戦において、休憩・給水時間を設ける。 *試合時間3分→2分区切りの延長を2回→その場で深呼吸程度の休憩 →2分区切りの延長を2回→5分間の休憩(給水) 休憩後も延長2回→その場で休憩→延長2回→休憩(給水)を繰り返す。 救護席に経口補水液を用意しておく。 竹刀検量の待機列を第1武道場内に収める。</p>
相撲	<ul style="list-style-type: none"> ・室内で行い、エアコンを使用する。 ・本年度に限っては、関東大会も含め忍野国体記念土俵で開催するため、エアコンが使用できない。水分補給のアナウンスをし、シャワー室にクーリングスペースを設ける。 	室内で行い、エアコンを使用する。 また、OS1や保冷剤を常備し、いつでも対応できるようにする。
ラグビー	<p>熱中症警戒アラートが発令された場合は、キックオフを早い時間に再設定する。夕方以降の時間も含め再設定ができない場合は、予備日に延期し、延期した日の活動は自粛する。</p> <p>予備日についても発令された場合は、タイムスケジュールを変更し、夕方以降の時間に試合を設定する。</p> <p>高温の場合はレフリーと本部で連携をとりウォーターブレイクを適宜取り入れる。気温に応じてはテントの下で、氷を体に当てながら休憩することができるように配慮する。チームは、氷や飲料を十分に用意するように努める。</p>	猛暑が予想されていたのでキックオフを早めて9時にしました。そのために、会場変更も行いました。飲水タイムを4度実施したり、ハーフタイムを5分長くしたりレフリーと連携しながら対策を行いました。
弓道	<ul style="list-style-type: none"> ・12射(午前8射・午後4射)の予定のところ、午前みの競技とし8射で順位決定する。 ・屋外での応援は控える。 ・通常時の熱中症対策を徹底する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・熱中症の危険性を見て分かることができる温湿度計を用意し、状況に応じて、選手・応援の生徒、保護者に放送で呼びかけを行う。また、袴を着ていると熱がこもりやすいため、状況に応じて、袴を脱ぎ涼しい服装でいることを促す。 ・救護室は冷房がある部屋にし、十分な量の経口補水液や氷を用意する。召集場所、控え室に扇風機を設置する。
テニス	<ul style="list-style-type: none"> ・試合が連続する場合はレストは通常10分または15分で行っているが、状況に応じて20分または30分にするなど長くする。 ・通常コートチェンジの際に給水・休憩が可能であるが、コートチェンジのないゲーム終了後にも給水を可とする特別ルールに変更する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・試合方法を6ゲーム先取、ノーアドバンテージという特別ルールで行う。 ・団体戦の相互審判制をセルフジャッジにする。 ・テントを持参するように呼びかけ、待機場所に日陰を多くできるようにする。 ・開会式、初めの会で救護担当より熱中症にならないために気を付けるべきことについて話をする。 ・放送で給水の呼びかけをこまめに行う。 ・1日目終了後の打ち合わせを行い、2日目に気を付けるべきことについて各校に連絡をする。
空手	<ul style="list-style-type: none"> ・黒球式温度計による計測を15分おきに行う。 ・選手待機場所への扇風機を設置する。 ・15分おきに会場への熱中症に対する注意喚起のアナウンスを行う。 ・試合の間隔を十分にとり、選手の休息の時間を確保する。 ・給水の励行のアナウンスを入れる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・冷房を使用する。(会場に冷房設備がある場合) ・係員と審判員には、水のペットボトルを支給し、水分補給をこまめに出来るようにする。