

熱中症対策指針(2019年7月～9月)

三鷹市サッカー協会
社会人委員会

① テントの設営

- ・ 本部 : 小テント
- ・ ホーム&アウエーベンチ : 大テント

②-1 試合中止の判断(第3～第6試合)

- ・ 試合開催日直前の「**金曜日12時時点**」での環境省熱中症予防情報サイト[**暑さ指数(WBGT)の予測**]等により、総合的に**試合の開催/中止を社会人委員会で決定**し、同日**17時までに**協会ホームページ「**連絡掲示板**」にて**通知**する
- ・ 酷暑(38度以上の場合)、雷、豪雨時
- ・ 試合開始直前およびハーフタイム時の状況で**主審が判断**
- ・ 主審は本部、試合チームと協議し決定する
- ・ **試合当日に熱中症対策委員(協会スタッフ)を派遣する場合は**協会HP「**連絡掲示板**」にて**通知**し、現地での**試合中止の判断は協会スタッフ**にて行う

②-2 試合中止の判断(第1、第2、第7、第8試合)

- ・ 酷暑(38度以上の場合)、雷、豪雨時
- ・ 試合開始直前およびハーフタイム時の状況で**主審が判断**
- ・ 主審は本部、試合チームと協議し決定する
- ※ 「②-1」同様に**熱中症対策委員(協会スタッフ)を派遣する場合は**協会HPの「**連絡掲示板**」にて**通知**し、現地での**試合中止の判断は協会スタッフ**にて行う

③ 飲水タイム(前後半1分程度)またはクーリングブレイク(前後半3分程度)の実施

- ・ 適用する/しないは当日の状況を踏まえ**主審が判断**
- ・ 主審は本部、試合チームと協議し決定する

[クーリングブレイクの実施について]

- ・ 前後半それぞれの半分の時間が経過したアウトオブプレーの際に実施する
 - ・ 時間は3分としアディショナルタイムには含めない
 - ・ (三鷹ルール：実質的には6分間の試合短縮)
 - ・ 選手および審判はテント内の日陰に入り飲料(スポーツドリンク等)を摂取する
- ※ 雨天時や気温が低い際は、主審の判断で「飲水タイム」「飲水タイム無し」に変更すること
かできる

[クーリングブレイクとは]

前後半 1 回ずつ、それぞれの半分の時間が経過した頃に 3 分間の[Cooling Break]を設定し、選手と審判員は以下の行動をとる

1. 日影にあるベンチに入り、休む
2. 氷・アイスパック等でカラダ(頸部・脇下・鼠径部)を冷やし、必要に応じて着替えをする
3. 水だけでなくスポーツドリンク等を飲む

<留意点>

- ・ 原則として試合の流れの中で両チームに有利・不利が生じないようなアウトオブプレーの時に、主審が判断して設定する
- ・ 戦術的な指示も許容する
- ・ チームがカラダを冷やすための器具を持ち込む際は、事前に大会運営責任者の了解を得る
- ・ 審判員は[Cooling Break]の時間を遵守するため、試合再開時には選手に速やかにポジションに戻るよう促すと同時に、出場選手の確認を行う
- ・ サブメンバーは出場メンバーとの識別のため必ずビブスを着用する(運営担当者は試合再開時に出場メンバーの確認について審判員をサポートする)
- ・ [Cooling Break]に要した時間は、三鷹市サッカー協会では特例として試合時間に含めて実施する
- ・ [Cooling Break]を設定する場合は試合前またはハーフタイム時のベンチアウトまでに両チームに伝達する(WBGT 値に応じて前半と後半の対応が異なる場合がある)

④ 交代枠、再入場の解禁

- ・ 交代枠5名を撤廃する
- ・ 一般の部も再入場を可能とする(交代手続きは通常と同じ)

⑤ 本部による指示の徹底

- ・ 試合前のマナー説明時に「夏季特別ルール」を説明する
- ・ ピッチ周りへの水の設置、積極的な飲料の摂取、無理をしないで交代する(日陰で休む)ことを説明する

⑥ チームとして

- ・ 水、氷、スポーツドリンク、経口補水液を十分に準備する

※ 夏場の昼時間帯では大沢総合グラウンド周辺に設置されてる自販機の殆どで、水、スポーツドリンクが売り切れ状態です。近くのコンビニ等で準備されるのをお奨めします。

- ・ ベンチにおける日射を遮る帽子(日傘)を準備する
- ・ 選手個々人の健康(体調)を管理し、不調な選手の起用はしない
体力の低い方、肥満の方、暑さに慣れていない方、熱中症に過去なつた方

以上