

競技会実施時の暑熱対策について

(一財)長野陸上競技協会

近年の気候変動は、競技者及び関係者へ深刻な健康影響を及ぼしています。これまで“涼しい”と言われてきた長野県でも、ここ数年は最高気温が30度以上の“真夏日”が増え、時には35度以上の“猛暑日”も出現するようになりました。競技者や指導者、審判員のみならず応援される関係者、観客の方々にとっても暑熱対策が必要不可欠となります。

このような状況を踏まえ、スポーツ庁をはじめ(公財)日本陸上競技連盟からも、暑熱対策について可能な限りの対策を講じるよう通知がありました。

つきましては、当協会をはじめ加入団体が開催する競技会についても、暑熱対策について十分なご対応をいただきますようお願いいたします。

また、競技者・指導者・審判員等には十分な水分の確保と補給(プレクーリングを含む)をお願いするとともに、応援される関係者、観客の方々には更に帽子や冷感グッズ等を着用していただき、万全な熱中症対策をお取りいただきますようお願いいたします。

記

1 長野陸上競技協会の主催・主管する競技会での暑熱対策と対応

当協会が開催する競技会では、以下の物品を準備し暑熱対策をするとともに暑熱対応をします。

(1) 暑熱対策

- ① ミストファンまたは冷風機の設置 ⇒ 招集所・フィニッシュ付近・インフィールド
- ② 氷を入れたクーラーボックスの設置 ⇒ スタート・フィニッシュ付近・インフィールド
- ③ 熱中症救急グッズや塩分補給タブレット等の準備 ⇒ 本部・医務室・招集所
- ④ 製氷機 ⇒ 本部

(2) 競技の休憩時間の設置

- ① 14時～15時前後の最も気温の上がる時間帯に休憩時間を設ける。

(3) WBGT測定と記録(トラックでの1時間ごとの定時測定とフィールドピットでの競技時測定)

- ① トラックとインフィールドでWBGTを測定し、記録表に記入する。

※ 測定場所全てのWBGTが、31℃以上(気温の目安35℃以上)の場合

◆ 一旦競技を中断し、対策会議を開催 ⇒ 競技会実施方法の変更と下がない場合の検討

※ WBGTが31℃を下回った場合

◆ 競技を再開 ⇒ タイムテーブルの変更や競技方法の変更等を考慮して実施

※ WBGTが31℃から下がらない場合

◆ 競技会を中止する。

※ 熱中症特別警戒アラート(WBGTが35℃以上)が発令された場合は、直ちに競技会は中止とします。

2 加入団体(各支部等)が開催する競技会での暑熱対策と対応のお願い

基本的には、長野陸上競技協会の主催する競技会に準じての開催をお願いいたしますが、物品等につきましては、準備できるものとそうでないものがあります。

その中で、暑熱対策の物品の準備だけでなく、アナウンスによる注意や、事前周知などできる限りの暑熱対策とご対応をお願いいたします。

(1) ご準備いただきたい物品

- ① WBGT測定器
- ② 競技者・審判員への日差しを遮るテントの設置
- ③ 熱中症救急グッズ
- ④ 瞬間冷却剤、氷類 他

(2) WBGTの定時測定と記録

- ① 1時間間隔で、トラック・インフィールド等の選手が活動するエリアでWBGTを測定し記録する。

※ WBGTが31℃以上の状況が続く場合

◆ 競技の一時中断と対策会議の開催 ⇒ 競技会実施方法の変更と下がない場合の検討

※ WBGTが31℃を下回った場合

◆ 競技を再開 ⇒ タイムテーブルの変更や競技方法の変更等を考慮して実施

※ WBGTが31℃から下がらない場合

◆ 競技会の中止を検討し、適切な対応をとる。

<参考資料>

- スポーツ庁「スポーツ活動における熱中症事故の防止について」7.5.2通知
- (公財)日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」7.6.28(第6版)
- (公財)日本陸上競技連盟「主催大会における熱中症対策について(2026年度以降)」7.10.23