

卓球専門部・熱中症対策ガイドライン

危機管理委員名
(所属校名)

関澤 拓実
那須拓陽高等学校

熱中症対策

事前の対策

- ・熱中症に対する理解を深めるための講習等を実施。
- ・大会までに、運動強度を調節しながら、暑熱環境への順化を行う。
- ・適切な休憩および水分補給の習慣を身に付けさせる。
- ・日々の健康観察を心掛け、無理な活動は控える。
- ・経口補水液や冷却用具の準備を行う。

大会／試合時の対策（当日の対応）

- ・大会会場において、エアコンが使用可能な場合は、気温湿度の管理を行なう。
- ・高温や高湿度の場合は、適宜換気または常時換気を行ったうえで、大会を運営する。
- ・各顧問は、選手の体調観察を行い、異変がある場合は大会への参加を見送る。
- ・休憩スペースおよび経口補水液等の準備を行う。

参考文献