

令和5年7月31日

各 位

全京都少年野球振興会 競技部

熱中症対策について

熱中症の予防対策

- ・ベンチでは選手、指導者をとりまくスペースに日射を遮る環境を講じてください。
*テントの持ち込み可
- ・各チームは緊急時に備え、氷、スポーツドリンク、経口補水液を適宜準備してください。
- ・体調不良を感じた時は氷やアイスパックなどで首、わき、足の付け根などの大きな血管を冷やすこと。

試合当日の対応

- ・6 イニングでの試合の場合は 2 回終了時、4 回終了時に5分間のクーリングブレイク(給水タイム)を設ける。
- ・各イニングにて守備時間が 20 分以上に及ぶ場合は 5 分間のクーリングブレイクを取ることができる。審判の裁量により適時取ることができる。
- ・守備時間が 20 分以上及ぶ場合は、5 分間のクーリングブレイクを取ることができる。
- ・クーリングを目的としているため日射を遮り、風通しの良い環境を作り休ませる。
- ・冷却として氷嚢、冷却水で顔や頭、首やわきの下、鼠径部を冷やす。
- ・冷却、給水に当てているため、トレーナーや指導者などの他者によるマッサージ等を行わない

| 試合イニング | クーリングブレイクの実行 | 備考 |
|-----------|---------------|--|
| 5 イニングの試合 | 2 回終了時 4 回終了時 | 各イニングにて守備時間が 20 分以上に及ぶ場合はクーリングブレイクを設ける |
| 6 イニングの試合 | 2 回終了時 4 回終了時 | |

以上