大阪中学校体育連盟主催大会における熱中症対策について　　【 令和8年度 】

競技名	1選手・審判等競技役員に対して	2. 観客・応援者に対して	3. 大会本部	4. 大会運営方法について対策
陸上競技	■役員に対しては例年通りの庶務部での給水（お茶・コーヒー・紅茶・スポーツ飲料）の提供を行う。 ■選手に関しては3000mでの競技中に給水ポイント（バックストレート）を設けて実施する。 ■アナウンスなどによる休憩時間での暑さ対策を指示する。 ■散水のための設備を使って、可能な限り競技中に散水を実施する。	■1時間に1回行う気象条件の連絡を行う際にこまめな給水を求める。	■大会本部には救護員、または医師の配置を行い、経口補水液の準備などは今まで通りに行う。 ■体温計、血圧計などの準備は常備しているので点検を行うように習慣づける。 ■休憩室、救護室の空調確保は常に行っておく。	■昨年度に引き続き、今後の1500mと3000mについては、予選を廃止し、タイム決勝とすることもを　検討中ではあるが、~~令和　8　年度は、涼しい時間帯に走れるように競技ダイヤを見直して行う~~
水泳競技	■審判の先生は、いつでも水分補給ができるように、スポーツドリンクとお茶を準備している。 ■30分から1時間おきに、休憩をとれるように人員配置している。	■保護者へは館内放送にて水分補給などを促している。	■会場には常に、救護担当として養護教諭を配置している。 ■傷病者が出た場合は、医務室で休憩をとることができるように準備している。	■中央大会においては、~~大阪水泳協会の援助してもらい、~~屋内プールでの実施している。多額の費用がかかるが、館内に冷房を入れている。ただし、上層部は、熱がこもりやすいので、場内を教師が巡回している。 ■地区大会においては、昼の休憩時間以外にも気温や熱中症指数などを参考に休憩時間をとりプールに入り体を冷やすようにしたり、放送にて水分補給をうながすなどしている。
サッカー	■キックオフ時刻を早めて、なるべく暑い時間帯を避けるようなスケジュールを考える。 ■クーリングブレイク、給水タイム等を設ける。 ■ハーフタイムに時間を規定より長めに取る。 ■リエントリーシステムを採用する。~~（全国大会では認められていない）~~ ■設備のある会場では、冷房の効いた部屋を準備しておく。	■生徒に関しては、各学校の指導者から「帽子の着用及び水分補給」「応援生徒の観察を慎重に行う」等の措置をとる。 ■観客に関しては、放送設備のある会場では、水分補給を促すようなアナウンスを入れる。	■誰でも飲めるように水分（スポーツドリンク、氷等）を用意しておく。 ■設備のある会場では、冷房の効いた部屋を設置しておく。	
ラグビー	■試合中における水分補給の時間の確保（ウォーターブレイク） ■7・8月は大会運営をしない ■9月中でも日中をさけ、試合開始時間を考慮する。	■水分補給を取るようアナウンスする。 ■テントを一部用意する。 ■救急搬送が必要な場合は本部で対応する。	■テント・氷・水・OS1の用意。 ■医師の準備。	■予備日を確保することで、高温が予想される場合には延期することにする。

競技名	1選手・審判等競技役員に対して	2. 観客・応援者に対して	3. 大会本部	4. 大会運営方法について対策
柔道	■選手・審判・役員・補助役員に対し、開会式の諸注意や放送で呼び掛けを行う。 ■また、各学校の顧問や引率者・保護者に対しても呼び掛けを行う。	■開会式の諸注意や放送で呼び掛けを行う。	■大会を実施する体育館に冷房を入れる。 ■また、冷房のある休憩室を確保し、給水用のスポーツドリンクや飲料水などを準備している。	■通常、試合時間は1試合3分間で行うが、当日の状況に応じて試合時間を1試合2分30秒にする等の対策をとる場合もある。 ■ゴールデンスコア（時間無制限の延長戦）を3分間とし、勝敗が決まらなければ1分間の給水時間を与える
剣道	■空調設備のある体育館を確保する。 ■個人戦、団体戦の代表戦（時間無制限）の場合、延長2分→2分→深呼吸→2分→2分→面を外して給水（時間は試合開始まで5分）を繰り返し行う。審判員も同様とする。 ■審判控室にペットボトルの飲料水を準備する	■放送等で給水の呼びかけを行う。	■空調設備のある休憩室を確保する。	■空調設備のある体育館で開催する。 ■試合時間は、3分で個人戦と団体戦 の代表戦 に関しては、勝負が決まらない場合、延長を2分刻みで行う。延長2回で深呼吸、延長4回で給水（面を外して試合開始まで5分）、再び延長が続けば、深呼吸と給水を繰り返し行う。
卓球	■経口補水液・スポーツドリンクの用意。体調不良者に飲ませる。 ■2～3時間に一度程度の換気。 ■プレイの妨げにならない場所に，スポットクーラーや扇風機の設置。 ■クーラーボックスに，氷とタオルや凍らせたスポーツドリンクを用意し，セット間・試合間に体を冷やす（各校で行う熱中症対策として提示）。	■観客や応援者に対して、放送で給水の呼びかけを行う。	■冷房のある休憩室を確保。WBGT値を測定する熱中症指標系を準備しデータを確認。補水液、スポーツドリンク等の用意。 ■養護教諭の準備。	■中央大会については，特例を除き，エアコン使用の体育館フロアで試合ができる。その際は開会式で注意喚起を行い，試合数・試合時間は例年通り行います。 ■地区大会については，エアコン使用の体育館で試合を行える場合と，エアコンのない学校体育館で行う場合がある。 特にエアコンのない学校体育館で大会を行う場合は，上記1－（2）で挙げたような対策のほか，WBGT値によって一日当たりの試合数，試合間隔も調整して行います。 （ただしセット数は変えられません）

競技名	1選手・審判等競技役員に対して	2. 観客・応援者に対して	3. 大会本部	4. 大会運営方法について対策
ソフトテニス	■選手・審判・役員への水分補給や休息時間の確保 ■ゲーム数の変更（7G⇒5G　1･2回戦を中心） ■府選手権　団体1日開催を男女別2日開催にならないか ■特別給水の適用（偶数ゲーム終了後およびファイナルゲーム中のチェンジサイズ時に、あらかじめ審判台の下に置いていた水筒等を使って給水を行うことができる。その際、給水のみであり、打合せは不可。ベンチに戻っての給水は認めない。） ■ヒートルールの適用（大会当時における気温が35℃以上となり　且つ　ファイナルゲームとなった場合は、ファイナルゲームに入る前に3分間の休息を許可する。但し、休息場所は、マッチを行っているテニスコート内において、日傘等によりつくられた日陰とする。）	■観客や応援者に対して、放送で給水や対策の呼びかけ	■WBGT値を測定する熱中症指標計を準備 ■スポーツドリンク等の準備	■ゲーム数の削減は、コートの面数との関係で考慮中 ■男女合同　2日間開催の団体戦について、男女別　各2日間開催（合計4日間開催）にできるかどうか検討中
テニス	■選手の水分補給は1ポイントごとでも「理にかなった時間」で適宜認める。 （ルール上は最初の1ゲーム終了後とその後2ゲーム終了ごとのチェンジコートの際の90秒間のみと定められている。） ■審判、監督、選手役員の水分補給も適宜できるようにし、日傘の使用も認める。	■観客や応援者に対して、本部からの放送、大会役員から給水等の暑さ対策への呼びかけを適宜行う。 ■気分が悪くなった場合は日陰に移動するか、ひどい場合はクラブハウスに移動して休憩できる旨をアナウンスする。	■空調のある会議室を確保している。 ■WBGT値を環境省熱中症予防情報サイト等よりデータ収集と今後の予測の確認をする。 ■体温計を準備し、補水液、スポーツドリンク、氷等を本部で用意する。	■試合数については、ルールブックには1日最大9セットまでとされているが、~~中学生の体力を考えると、夏場は1日7セットまでになるように運営する~~1日6セットを超えないように運営する ■個人戦と団体戦の日程を分けて開催~~できるように~~する ~~■シングルス、ダブルス、団体戦と3種目出場している選手については試合数を把握し特に気をつけていくように配慮する。~~ ■個人戦は、シングルスかダブルスのどちらかにしか出場できないようにしている（2026追加） ■各選手の試合数をしっかりと把握して運営する（2026追加） ■~~試合後から~~次の試合までの休憩を20分とれるように運営する。

競技名	1選手・審判等競技役員に対して	2. 観客・応援者に対して	3. 大会本部	4. 大会運営方法について対策
軟式野球	【 選手 】 ■ベンチにテントを設置することにより日陰を確保する。 ■3・5・7回終了時にベンチに戻し、休憩を取ると同時に水分補給を行う。 ■守備時間が長くなった場合（20分を目安）はベンチに戻し、休憩を取ると同時に水分補給を行う。 【 審判 】 ■3・5・7回終了時に水分補給を行う。 ■5回終了時に日陰で休憩を取り、冷たいタオル等で頭を冷やす。 【 選手役員 】 ■常時水分補給ができるように水筒を携帯せる。 ■5回終了時に日陰で休憩を取ると同時に水分補給を行う。	■観客席・応援席にテントを設置することにより日陰を確保する。 ■水分補給を行うように放送でアナウンスし、注意を呼びかける。	■冷房設備のある休憩場所（保健室等）を確保する。 ■AEDの設置場所を確認する。 ■スポーツドリンク等を用意する。	■できるだけ3連戦にならないように間に予備日を挟んで試合日程を組んでいる。 ■大会日程が順調に消化できれば、準決勝と決勝を2日間に分けて行う。
体操競技	■エアコンをつける。 ■経口補水液やスポーツドリンク等を備える。 ■熱中症の注意を呼びかけ、水分補給のアナウンスを行う。	■エアコンをつける。 ■熱中症の注意を呼びかけ、水分補給のアナウンスを行う。	■エアコンをつける	■エアコンをつける。
新体操 ※	■予算の可能な範囲で会場に冷房を入れる。	■予算の可能な範囲で会場に冷房を入れる。 ■定期的に給水の呼びかけをアナウンスする	■緊急用の経口補水液、スポーツドリンクの準備	
相撲	■スポーツドリンクの常設。 （会場内にタンク3か所。紙コップも準備）誰でも飲める形にする。 ■館内放送で給水の呼びかけとスポーツドリンクを用意していることをアナウンスする。 ■更衣室の~~エアコンを~~ 冷房・扇風機を常に付けておく。	■スポーツドリンクの常設。 （会場内にタンク3か所。紙コップも準備）誰でも飲める形にする。 ■館内放送で給水の呼びかけとスポーツドリンクを用意していることをアナウンスする。 ■更衣室の~~エアコンを~~ **冷房・扇風機を**常に付けておく。	■スポーツドリンクの常設。 （会場内にタンク3か所。紙コップも準備）誰でも飲める形にする。 ■館内放送で給水の呼びかけとスポーツドリンクを用意していることをアナウンスする。 ■更衣室の~~エアコン~~ **冷房・扇風機**を常に付けておく。	考えていない。

競技名	1選手・審判等競技役員に対して	2. 観客・応援者に対して	3. 大会本部	4. 大会運営方法について対策
バドミントン	■本部で飲み物や氷を準備し、冷房の入った休養室を準備する。 ~~■空調の入っていない会場では、換気の時間をとる。~~ ■体調の不調を感じたら、早めに訴えるよう顧問にも伝え、アナウンスする。 ■競技ルール上では、痙攣に関してはインジャリータイムをとれないが、状況に応じて柔軟な対応をとり、健康面に配慮する。	■本部で飲み物や氷を準備し、冷房の入った休養室を準備する。 ■空調の入っていない会場では、換気の時間をとり、観覧席には扇風機を準備する等の配慮をする。 ■体調の不調を感じたら、早めに訴えるよう顧問にも伝え、アナウンスする。	■環境省熱中症予防情報サイト等よりデータ収集をして予測し、大会運営の参考にする。 ■飲み物や氷を準備し、冷房の入った休養室を準備する。 ■看護師または養護教諭が常駐する。	■空調の効く体育館を確保する。 ■試合が連続する場合、10分以上あける。
バレーボール	■「給水タイムアウト」を実施する。 ■ゲーム間・セット間・タイムアウト時の換気(扉・窓の開放)を実施し室温を下げる。 ■学校施設の状況によるが、可能であれば ①体育館内で大型扇風機の使用。 ②選手待機場所として、エアコンの効く教室の利用。 ③エアコン施設のある学校の積極的な会場依頼。	■放送や掲示物等での連絡。	■大会最終日は、全館エアコン使用の体育館を利用する。	■1チーム、1日最大2試合(空調設備のある最終日のみ3試合可)
バスケットボール	■夏の選手権のベスト16の試合からは公営体育館で行うのでできる限り(金銭的なことと体育館の施設の関係を考慮しながら。)空調設備を利用する。 ■試合中に必要があれば試合に支障のない程度で給水時間を取る。 ■体育館の換気に常に注意する。 **◇1～5回戦の中学校会場では、エアコン設備のある会場のみを使用して大会を行う(2025追加)**	■事前に暑さ対策のお願いのプリントを配布する。 ■会場ごとに注意を促す。 ■気分が悪くなった時の連絡が会場責任者にできるように呼び掛けておく。	■各会場でできる限り冷房のある緊急対応用の部屋の設置をする。 ■救急用品を用意しておく。(スポーツドリンク・氷・体温計・血圧計など)	■可能な限り1日1試合を基本とする。2試合行う場合でも、試合間隔を空けるなどの対策を検討中
ソフトボール	■一定時間以上守備が連続した場合、給水時間を設ける。 ■状況を見て散水。 ■試合に出ない生徒は、座らせるなどの注意。	■観客・応援者に対し、給水の呼びかけを放送で呼びかける。 ■帽子やタオル等で頭、首付近を覆うことの呼びかけも行う。	■養護教諭の常駐。 ■スポーツドリンク、補水液の準備。 ■氷等の用意。 ■冷房設置	■現在の日程では、1日の試合数を減らす等の措置は難しい。試合時間の短縮(時間制)等は要検討。 ■　できるだけ、グラウンドが暑くなる昼間の時間の試合を避け、運営する

競技名	1選手・審判等競技役員に対して	2. 観客・応援者に対して	3. 大会本部	4. 大会運営方法について対策
ハンドボール	■選手は試合中に水分補給をできるよう配慮する。 ■会場を空調設備がある施設を確保するなど体育館での開催を進めていく予定。	■給水の呼びかけを実施。 ■開会式時に給水、保健室等のアナウンスを行う。	■冷房のある休憩室を確保。 ■スポーツドリンクの用意。	■1日1試合を基本とする。日程的に1日2試合を行う場合は、時間を十分に空ける。 ■冷房設置 ■冷房の効きが悪い場合は、給水タイムを設ける
※ スキー・野外活動	■経口補水液、スポーツドリンク、塩分補給用タブレットなどを、大会本部に用意する。 ■上記の物を、個人装備にも入れるように指示をしておく	■比較的涼しい場所での待機をお願いし、水分補給を呼びかける。	■木陰などの比較的涼しい場所で設置。 ■経口補水液、スポーツドリンク、塩分補給用タブレットなどを、大会本部に用意する。	■登山大会は、盛夏時の大会実施は避けて、6月や11月に実施。