

令和6年7月8日

生駒ジュニアラグビークラブ 50周年記念交流会の実施について

この度は、生駒ジュニアラグビークラブ創立50周年記念大会参加有難うございます。
ラグーマン、ウーマンにとって憧れの花園ラグビー場に皆様をお招きして、ラグビーを楽しむ機会を設けること、私ども生駒ジュニアラグビークラブ一同楽しみにしています。
ただ、会場の都合もあって、酷暑も予想される7月15日(月)に実施することとなったため事前に天候に関わる開催の可否について、クラブの考え方をお伝えします。

1、当日熱中症警戒アラートが出されている場合。

熱中症警戒アラートは、WBGT(暑さ指数)33に達すると予測される場合、都道府県単位で前日の夕方17時頃、もしくは当日の5時頃発令されるもので、運動を実施する場合の気づきを促す指針です。このアラートが出ていても、即座に交流会中止とはせず、交流会当日に本部でWBGT指数をモニターし、日本スポーツ協会の指針に沿って、WBGT指数31(概ね摂氏35度以上に相当)となった場合、大会途中でであっても交流会を中止します。なお、WBGT指数31は、気温が35度に達しないものの湿度が高い場合でも出現することがあります。大会本部では、交流会中WBGTのモニター状況を、参加者に案内しますので、参加者の体調管理に活用ください。

運動に関する指針

気温(参考)	暑さ指数(WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
31℃以上 35℃未満	28以上 31未満	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

(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」(2019)より

2、当日、降雨、もしくは降雨が予想される場合。

降雨の場合でも、原則実施します。降雨、降雨予報の場合は、着替えの準備等を参加者に促してください。なお、大雨洪水警報等の警報が東大阪市に出されている場合は、交流会は中止します。注意報の場合は、大会本部で協議の上、当日の6時半までに開催の連絡をします。

以上