

志布志みなとサッカースタジアムの参加にあたって

□ 熱中症対策について

近年の夏の猛暑で、運動の制限が叫ばれている中ではありますが、様々な準備と対策を取りながら子供達に活動をできる場の提供をいていきたいと考えておりますのでご理解とご協力をお願いします。

①試合時間について

- ・志布志みなとサッカースタジアムでは、前後半30分ハーフで試合を行い、15分で飲水を入れる。
その際の時間は、時間を止めずランニングタイムで行う。
- ・B 戦等についても同様で行う。ただし、三角形の B 戦については、20分ハーフで行う。ハーフタイムでの飲水は各チーム行う。

②氷について

- ・基本的には各チームで準備をしてもらう。(宿泊するチームは、宿舎で準備もお願いしてあります。)
- ・大会本部の、志布志陸上競技場には製氷機が設置してありますのでご利用をください。

③クーラーの設置について

- ・志布志陸上競技場放送室、志布志体育館会議室、しおかぜ館、大崎町中央運動公園管理室等には、クーラーが設置してあります。熱中症になった際には、安静にして近くのクーラーが効く場所で休ませてあげてください。

④当番医について

- ・平日の病院につきましては、志布志市内の病院に関しましてご利用ください。

《骨折等の外傷》

- ・びろうの樹整形外科(脳神経外科)、曾於医師会立病院、手塚クリニックなど

《熱中症等》

- ・さくらやまクリニック、曾於医師会立病院など

◎休日の当番医等の情報は要項にも掲載しております。

⑤各チームへの協力のお願い

- ・経口補水液(OS-1)等については、試合の間や終了後に飲ませるのではなく、アップや試合前からの飲水で熱中症へのリスクも減るので効果が期待できます。
- ・選手1人ひとりの試合時間の管理をお願いします。無理に試合に出場させたり、頑張らせすぎなどは重度の熱中症につながります。
- ・朝食をとる。試合間の間食等については積極的に行い、エネルギー切れにならないようにする。
- ・身しぼり(暑気あたり)に関しては、暑気あたり用の漢方薬、五苓散(ごれいさん)は、近くの薬局(コスモス)などに売っています。また、大会本部にも置いています。
(写真はイメージです。パッケージは異なる場合があります)
- ・ミネラルウォーターも大会本部で準備しています。2Lと555mlの種類を用意していますので、お買い求めください。



□ 雷の対策について

積乱雲がみるみる大きくなる



急に冷たい風が吹く



黒い雲が近づき、暗くなる



雷光が見える、雷鳴が聞こえる

※雷鳴が聞こえた時には既に約10km以内で雷が発生



安全	危険
・自動車等の乗り物の内部 ・鉄筋コンクリート製の建物の内部 ・避雷設備の施された建物の内部 ・本格的な木造建築物の内部	・避雷設備のないあずま屋（屋根と柱だけで壁のない建物） ・テントや掘っ建て小屋 ・木のそば

【近くに安全な建物や乗り物がない場合】

電線や鉄塔、電柱の高さ5m以上の高い建物の付近。ただし2m以上離れる。

※木は電気を通しにくいいため倒壊が起こりやすく距離を取っても危険



（JFA サッカー活動中における落雷事故防止対策についてより抜粋）

大会本部でも、雷チェッカーを準備し、専門的なウェブサイトで常時天候情報を確認します。雷発生時は、直ちに屋内または車内などの安全な場所へ避難してください。特に、木の下や広い空間の中央など、雷の直撃を受けやすい場所は避けてください。また、再開のタイミングは雷が聞こえなくなった後、20～30分以上経過してから活動を再開するよう徹底してください。

□ 地震の対策について

地震発生した際は以下に気を付けて行動してください。

安全な場所へ移動：強い揺れを感じた場合、まずは頭部を守りながら安全な場所へ移動してください。

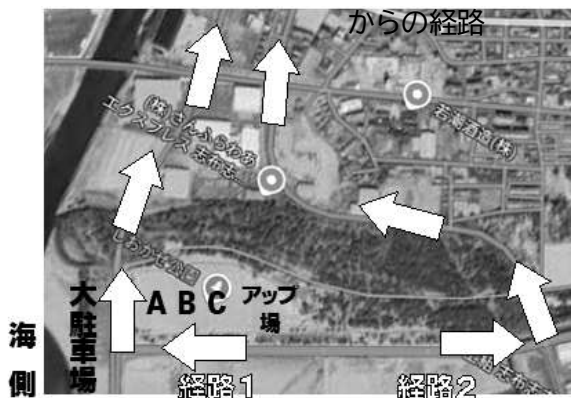
サッカーゴールやテント、建物の近くなど、倒れる可能性のあるものから離れてください。

津波警報に注意：揺れが収まった後、津波警報の発令があるか確認してください。警報が発令されている場合、直ちに高台や内陸部へ避難してください。海岸や川沿いは危険なので絶対に近寄らないようにしましょう。

冷静な判断：パニックにならず、周囲の安全を確保しつつ、速やかに避難行動をとることが大切です。仲間同士で助け合いながら、安全を最優先に行動してください。

◎陸上競技場・ふれあい広場・人工芝 からの経路

◎しおかぜ公園 からの経路



※地震発生時のガイドラインおよび志布志市内の避難所等については組み合わせ用 HP をご確認ください。

