

スポーツ活動における熱中症事故の防止

① 適切な予防措置



- ✓ スポーツ活動中をはじめとして、依然として熱中症による被害が多く発生しています。熱中症は、梅雨明け等の気温が急に上昇したとき、また、合宿初日や休み明け、あるいは低学年（特に新入生）に多くみられます。いずれも、「体が暑さに慣れていない」からです。



【暑熱順化】 気温が高くなり始めたら、暑さに慣れるまでの順化期間を設けましょう。順化期間の最初は運動量を落とし、次第に負荷を高めて行きます。

- 気温が高くなり始める5～6月から開始します
- トレーニング開始から順化の効果が表れるまで5日間を要します
- 服装は汗の蒸発を妨げない服装が好ましいです

- ✓ また、活動の場所や種類にかかわらず、暑さ指数（WBGT）に基づいて活動中止を判断することも必要です。

- ✓ 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（公益財団法人日本スポーツ協会）等を参考として、熱中症事故防止のための適切な措置を講じましょう。



スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック

② 指導者等の責任

- ✓ スポーツによる熱中症死亡事故は適切な予防措置を講ずれば防げるものです。ひとたび事故が起きると人命が失われるだけでなく、指導者はその責任を問われ訴訟になる例もあります。熱中症の予防と、発生したときの応急処置方法を指導者は身につけておきましょう。



【法的責任】 事故が発生した場合、民事責任や刑事責任を、指導者等の個人または法人が問われることになります。一般的には民事責任（損害賠償責任）が問われますが、死亡など重大な結果となった場合は刑事責任も問われるケースがあります。

【事例】A市の少年野球チームの総監督Bは、試合に負けた罰としてC君ら選手に投げ込みやダッシュなどを課した。C君は練習開始3時間後に倒れ、翌日死亡。死因は熱中症。

民事責任について、Bが過失を認めて謝罪、**賠償金約5,000万円**で和解。刑事責任について、Bは日没後の熱中症は予想できなかった、部員の判断で自由に給水が許されていた等の理由から不起訴処分。

【出典】スポーツリスクマネジメントの実践 ―スポーツ事故の防止と法的責任―
（公益財団法人日本スポーツ協会）



スポーツ庁
JAPAN SPORTS AGENCY

お問い合わせ：
スポーツ庁健康スポーツ課
電話：03-5253-4111



急な暑さは要注意

暑さに慣れるまでは運動量をすくなくめに



無理な運動は避けよう

普段よりも運動量を抑制
代謝が劣る子ども・高齢者は要注意

暑い夏を
安心・安全に
体調管理にくわえて

熱中症 予防のために できること



水分・塩分を適切にとろう

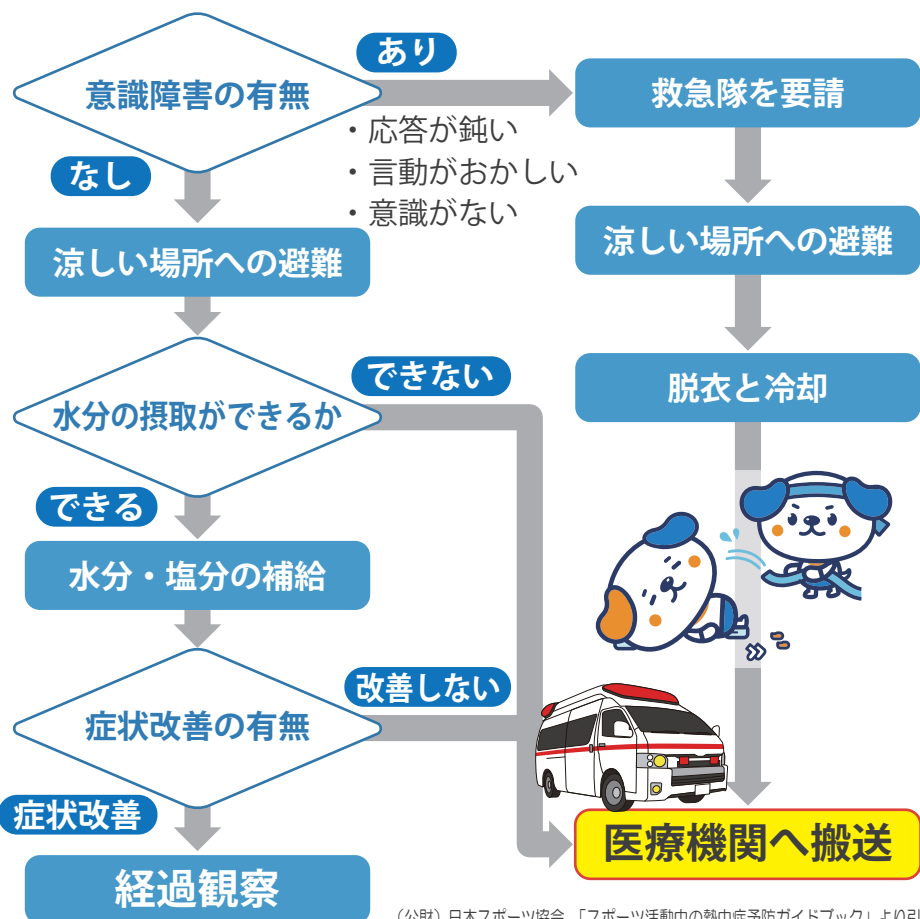
発汗量は人によって異なります。
それぞれが自由に摂取できる環境を



薄着と衣服の素材選び

通気性、放湿性に優れた素材で、明るい色を
防具等の装着時は、運動量抑制とこまめな休憩

熱中症 が疑われる場合の対処



熱中症 も補償 スポーツ安全保険

4名以上のスポーツ等を行う団体が加入できます。
活動中のケガはもちろん、熱中症も補償されます。
安心して活動を行うため、是非ご加入ください。

掛金 (例) 1人当たりの年額

子ども (中学生以下)	A1区分 800円	大人 スポーツ活動 (高校生以上64歳以下)	C区分 1,850円
----------------	--------------	------------------------------	---------------

※上記掛金は一例です。掛金は年齢、活動内容等により異なります。

保険の詳細・加入手続き

保険の詳細は、スポーツ安全協会のホームページにてご
確認いただけます。
加入手続きはスマホ、PCからインターネットを
通じて受付けとなります。



保険詳細ご案内ページ



固定電話から：0570-087109 (ナビダイヤル) 携帯電話等から：03-5510-0033
〒105-0003 東京都港区西新橋 1-6-11

スポーツ安全保険幹事保険会社：東京海上日動火災保険会社 担当課：公務第二部文教公務室
〒102-8014 東京都千代田区三番町 6-4 ラ・メール三番町 10階 電話：0120-233-801

【スポーツ安全保険 共同引受保険会社】
あいおいニッセイ同和 共栄火災 損保ジャパン 大同火災
東京海上日動 日新火災 三井住友海上 AIG損保

2023年6月作成 23TC-002037