

2024年8月8日

参加選手および保護者・指導者 様

第77回 姫路市民スポーツ大会(陸上競技の部)  
熱中症予防対策のお願い

姫路市陸上競技協会

今年の夏も全国的に気温が高く各地で熱中症警戒アラートは発出されています。このような気象状況下ではありますが、姫路市民スポーツ大会(陸上競技の部)は開催に向けて準備を進めており、実施するにあたり熱中症予防対策として下記のような取り組みを行います。

事前の準備および大会当日の対策をしっかりと行うことで、選手のみなさんが持てる力を十分に発揮できますようご協力お願いいたします。

**【陸上競技協会の対策】**

- ・ 役員の熱中症に関する研修
- ・ 競技場内アナウンスによる注意喚起
- ・ 別紙チラシをプログラムに掲載しての注意喚起
- ・ 1500m競技については給水を設置
- ・ 競技場内にクーラーのある部屋を確保

一方で、熱中症には環境に要因を加えて、個人の要因も影響すると言われていています。そこで選手・指導者・保護者の皆様には次の事柄に留意してください。

**【大会に参加するにあたっての対策】**

- ・ 体調がすぐれない場合は来場しない
- ・ 日頃からの睡眠をしっかりとる
- ・ 朝食をとる
- ・ 体調全般に気をつける
- ・ 水分補給ができるよう十分な水分を準備する
- ・ 帽子、日傘など日よけできるものや保冷剤など体を冷却できるものを準備する
- ・ 出場競技が終わったら速やかに帰宅する