

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。
31～35℃	28～31℃	嚴重警戒 (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。
28～31℃	25～28℃	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。
24～28℃	21～25℃	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

- ① WBGTが31℃以上が1会場でもあった場合
 - ハーフタイム7分を実施
 - 各チーム指導者に対して、各クォーターでタイムアウト取ることを要請する。
(試合の流れよりも、選手の身体的負担の軽減を優先することを強要する。)
 - ② WBGTが28～31℃が1会場でもあった場合
 - ハーフタイム5分で実施(現行ルール通り)
 - 各チーム指導者に対して、各クォーターでタイムアウト取ることを要請する。
(試合の流れよりも、選手の身体的負担の軽減を優先することを強要する。)
 - ③ 全会場がWBGTが28℃以下の場合
 - ハーフタイム5分で実施(現行ルール通り)
 - 各チーム指導者に対して、各クォーターでタイムアウト取ることを要請する。
- ①②が1会場でもあった場合は、全会場に同じようにアナウンスを行い、条件および各チームへの働きかけを同一にする。(時刻によって環境が変化した場合も、変更していく。)
- ③の場合でもアナウンスをして、条件および各チームへの働きかけを同一にする。(各会場の状況把握と各会場の混乱を防ぐため。)