

最近、全剣連への熱中症報告が徐々に増えてきております。今年は重症度が高い（重症度Ⅱ度以上の）報告が多くみられ、この傾向は昨年までは見られませんでした。さらに今年は異常気象で、地域によっては気温が40℃を超える日も見られます。

これらの状況から、本年は熱中症に対して例年以上に注意していただきたく、各連盟からも傘下団体等へ注意喚起していただけますようお願いいたします。以下に改めて基本的な熱中症対策を記載いたします。

- 1) エアコンの設備がある場合は使用すること。
- 2) 暑さ指数計（WBGT 計）を常備し、稽古が実施できる状況であるか常に確認すること。特にエアコンがない場合は留意すること。
- 3) こまめに水分補給をすること。
- 4) 稽古を長くしないこと。
- 5) 小学生・中学生の指導者は生徒に対して細心の注意を払うこと。

環境省では、本年は4月27日～10月26日に熱中症アラートを発し、熱中症予防の注意を呼びかけております（環境省 熱中症警戒アラート <https://www.wbgt.env.go.jp/alert.php>）。このアラートも稽古実施の指針として参考にしてください。

なお、本年の傾向として小学生・中学生の発症が多くみられます。上記対策にも記しましたが、小学生・中学生は対応調節能力がやや低く、また自分自身で体調の管理が難しい場合もありますので、指導上の配慮が重要になります。特に指導者の皆様にお伝えいただけますようよろしく願いいたします。最後に、もし熱中症の発症があれば、以下のフォームからご報告いただくことも併せてお願いいたします（代理の方でもご報告いただけます）。皆様からの報告から熱中症の発生に対する理解を深め、対処法などの情報を発信させていただきますのでよろしく願いいたします。

以上

#### 【参考記事】

- ・2022年度 剣道における熱中症への取り組み 中間報告（8月2日まで）  
→ <https://www.kendo.or.jp/information/20220804/>
- ・暑熱順化  
→ <https://www.kendo.or.jp/knowledge/medicinescience/heatadaptability/>
- ・熱中症スライド資料（2019/01版）  
→ [https://www.kendo.or.jp/wp/wpcontent/uploads/2020/07/ajkf\\_heatstroke-slide\\_1901.pdf](https://www.kendo.or.jp/wp/wpcontent/uploads/2020/07/ajkf_heatstroke-slide_1901.pdf)
- ・コロナ禍での道場の冷房について  
→ <https://www.kendo.or.jp/information/20210805/>
- ・マスク・シールド着用に関する子供たちへの剣道指導と熱中症対策について  
→ <https://www.kendo.or.jp/information/20220625/>