

令和 7 年 5 月 21 日

都道府県高等学校野球連盟  
会長、理事長、専務理事、代表理事 殿  
加盟校校長 殿  
同野球部責任教師 殿

朝 日 新 聞 社  
日本高等学校野球連盟

深部体温を下げて 熱中症を防ごう!!  
HP開設とポスター送付について

日本高等学校野球連盟のホームページ内に特設の熱中症予防サイト「深部体温を下げて熱中症を防ごう」を本日、5月21日に公開します（17時30分予定）。

大会のみならず、普段の部活動から熱中症を少しでも減らし、重症化を防ぐための対策をまとめました。特別な設備や費用がなくても、普段の学校での練習や練習試合のときに取り組める対策を中心にまとめています。また、野球の競技特性に応じた注意点を例示しています。詳細を下記の通り取り纏めましたので、ご確認いただき、熱中症対策のなお一層の推進のため、ご活用いただきますようお願いいたします。

【主な内容】 深部体温を下げるのが熱中症予防のポイントであることを強調し、その主な方法としてアイススラリーの摂取（代替方法含む）と手のひら冷却を推奨。また症状の重さ別の対処法もまとめ、学校でもできる応急処置としてローテーションアイスタオル法（氷水に浸したタオルを全身にかける冷却法）も紹介しています。

【項目】 ◇ 熱中症とは ◇ 熱中症対策のはじめに ◇ 深部体温を下げよう  
◇ 手のひら冷却 ◇ アイススラリーを飲む ◇ 普段の部活動で  
◇ 疑わしい症状が出たら ◇ 全国選手権大会での症状  
◇ 全国選手権大会での対策事例 ◇ 加盟校での対策事例

【ポスターについて】 確実に加盟校の指導者、部員に情報を届けるため、ホームページの掲載のみならず、ポスターを作成しました。各都道府県高校野球連盟へ別紙③の枚数を5月中にお届けする予定です（B2）サイズ。6月中旬から開幕する全国高校野球選手権地方大会で使用する球場内ならびに全加盟校（硬式・軟式）の部室などに掲示し活用してください。

【監修】 大阪大学大学院医学系研究科 健康スポーツ科学講座 スポーツ医学教室  
一般社団法人「アスリートケア」

【別紙】 ① ホームページイメージ  
② ポスター  
③ 各都道府県別配布枚数一覧

◆ 日本高等学校野球連盟ホームページ  
<https://jhbf.or.jp>

深部体温  
を下げて  
熱中症を防ごう!!

