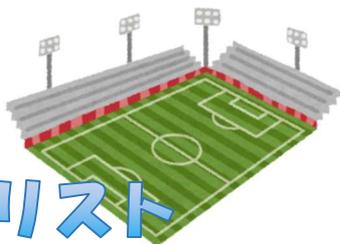


遠征・試合のための

会場事前確認リスト



ぺっこ
学ぶ場(べ)Vol. 25

スポーツ活動の際には、どんなことを事前に確認しておくのでしょうか。特に初めて行く会場では、物品の調達や医療機関の受診などに迅速に対応するためにも事前確認が必要です。ご紹介したチェックリストを参考に、競技特性やチームの状況に応じた事前確認をしっかりと行い、ベストなコンディションで遠征や試合に臨みましょう。

大会(遠征)会場について確認しよう

□担架や AED の場所



→傷病者の発生に備えよう。確認したら、チーム内に共有しておこう。

□製氷機があるか、または氷を貰えるか



→応急手当やケアのために準備しよう。会場で入手できない場合には、最寄りの販売店や移動中に購入できる場所を確認しておこう。

□最寄りの医療機関や休日当番医

→傷病者の発生に備えよう。整形外科だけでなく内科や総合病院も確認しよう。休日では、休日当番医の確認が必要です。



□ウォーミングアップやクールダウンができる場所



→サブアリーナがなくても広い通路や外など、他の団体や観客の迷惑にならない場所を探しておこう。

□天候はどうか



→室内競技であっても気温や湿度が競技に影響することがあります。熱中症のリスクの観点からも、湿度にも注意しましょう。

監修

公益財団法人 日本スポーツ協会
公認アスレティックトレーナー
菅整形外科医院 理学療法士

佐藤 晋樹 氏

