

## 大阪世界陸上ロード種目における暑さ対策サポート活動

石井好二郎<sup>1), 2)</sup> 瀧澤一騎<sup>3)</sup> 綾部誠也<sup>4)5)</sup>

1) 北海道大学 2) 同志社大学 3) 新潟医療福祉大学 4) 順天堂大学 5) 福岡大学

強化委員会より依頼があり、大阪世界陸上においてロード種目（マラソン・競歩）の暑さ対策に関する情報提供ならびに収集を行った。

マラソン競技においては、男女とも国際陸上競技連盟（IAAF）が提唱するロードレースのリスクチャート（表1）に当てはめれば、極めて過酷な暑熱環境下でのレースであった（図1）。その環境下で、男子3名入賞・団体金メダル、女子銅メダル・6位入賞・団体銅メダルの成績を残した。

また競歩種目においては、国と地域ごとのエイドステーションが設けられており、氷による頭部冷却（写真1）やネッククーリングによる頸部冷却（写真2）、冷却作用があると思われるヘアバンドの使用（写真3）が確認された。したがって今後の暑さ対策には、給水に加え、蒸発、伝導、対流、輻射

の機序を利用した方法を講ずる必要がある。

表1. ロードレースのリスクチャート（IAAF、1998）

WBGT	危険度	警告
28℃～	きわめて高い	レース開催日の変更を検討する。どうしても開催する場合は応急処置準備を整えること。
23～28℃	高い	熱中症は誰でも起こりうる状態。危険を感じた場合は即座に中止する。
18～23℃	中等度	曝される時間が長いほどリスクは増加する。
～18℃	低い	危険性は低いが、注意は必要。

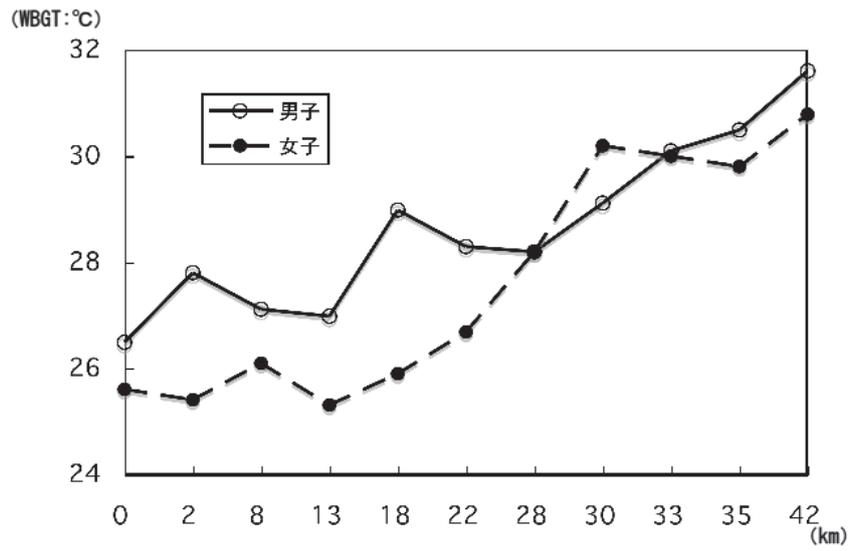


図1. 大阪世界陸上マラソン時のWBGT



写真1



写真2



写真3