

2011年5月31日

地域・都道府県サッカー協会 御中  
各種連盟 御中

財団法人日本サッカー協会  
副会長/専務理事 田嶋幸三

### サッカー競技中の飲水について(通達)

2011年5月12日の本協会理事会において、改めて「競技中の飲水」に関する協議がなされ、「競技中の飲料は水に限らないものとし、いわゆる“スポーツドリンク”を摂取すること」が承認されました。

つきましては、1988年7月26日付で本協会より発信いたしました、「競技者が競技時間中に飲むことができる物は水に限られる」との通達(別紙①資料参照)を改定し、本協会が主催、共催、後援する国内競技会における「競技中の飲水」について下記のとおり実施下さるようお願いいたします。なお、1988年7月26日付通達中にある「2.すね当ての着用について」は、競技規則に規定されているとおりです。

### 記

#### 1. 「競技中の飲水」に関する理事会決定事項

競技者が競技時間内に摂取できる飲料は、水のみならず、水以外の飲料(いわゆる“スポーツドリンク”等)であってもよい。

<理由>

近年の気候変動に伴い、夏季における暑熱下での競技においては、熱中症による事故も社会問題となっております。競技中の暑熱対策としては水だけでは不十分であり、熱中症防止のためには水分とミネラル分を効率よく補給することが必要であるため。

<いわゆる“スポーツドリンク”とは>

体液にほぼ等しい浸透圧を持ち、効率よく水分を補給させ、なおかつ体に負担をかけないように考慮されている飲料をいう。成分は、カリウムやナトリウムといった電解質やマグネシウム、カルシウムといったミネラル分を含んでいて、生理食塩水に近い浸透圧で胃腸に負担をかけないように配慮されている。また、運動時に筋肉中に蓄積される乳酸の分解を助け回復を促すとされるクエン酸や、いわゆる疲労回復の際に最も効率の良いエネルギー源であるブドウ糖やショ糖を含んでいる。

#### 2. 競技運用時における確認事項

水以外の飲料を使用するにあたっては、その含有物が競技場のポリウレタン製の全天候型トラックの表面を汚したり、芝生を傷めたりするおそれもあることから、大会主催者が水以外の持ち込み可否及び摂取可能エリアについて、使用会場に確認をとり、その運用を決定する。

以上

本件に関するお問い合わせ先  
財団法人日本サッカー協会 競技運営部 国内グループ  
水野正幸  
電話:03-3830-1809 FAX:03-3830-2005



No. ....

昭和63年7月26日

都道府県サッカー協会 御中  
地域サッカー協会 御中  
各種サッカー連盟 御中

財団法人 日本サッカー協会  
会長 藤田 静夫

### 通 達

財団法人日本サッカー協会では、最近FIFAにおいて決定された競技中の飲水を認める件とFIFA主催の国際大会での「すね当て」着用の義務づけの2点について、国内での適用を検討した結果、7月21日開催の理事会において次のように決定されたので通達する。

貴協会、貴連盟におかれては加盟チームや審判員など関係者へのこの件の周知徹底と貴協会、貴連盟主催の大会での適用についての検討をお願いいたします。

#### 1. 競技中の飲水について

競技者が競技時間中に水を飲む必要が生じた場合は、次のように方法に限りこれを認める。

- (1) 飲み物は水に限られる。
- (2) 各チームが、軟らかい材質で作られた容器を用意し、ハーフウェイラインの両外側に立てられた旗のポストの外側、および自軍ゴールのネット後方に、予め水の入った容器を置いておくことができる。
- (3) 競技者は、必要が生じた場合に上記の場所へ行って飲水し、直ちに競技場に戻る。この場合に限り競技場の入退場に主審の許可をえる必要はない。また、飲水はインプレー中、アウトプレー中を問わない。
- (4) 上記の方法は昭和63年8月1日より財団法人日本サッカー協会主催の大会において試行し、必要があればその後方法の修正を加える。

財団法人 日本サッカー協会

## 2. すね当ての着用について

昭和63年9月1日以降に開催される日本サッカー協会主催の大会において、競技者は競技中「すね当て」を着用しなければならない。

### 背景説明

1. FIFAでは医事委員会の勧告を受けて既にスペインワールドカップから競技中の競技者の飲水を認めていた。これは酷暑の日中の試合であることを考慮し、脱水による競技者の健康上の問題と競技能力の低下を防止しようとするものである。その後の各大会においても飲水が認められていたが、具体的な方法が確立されておらず大会ごとにいろいろな方法がとられていた。

日本においてもFIFAの決定を付けて競技中の飲水を認めることになり、その方法を検討した結果、競技運営に支障をきたさない方法として上記の決定を見たものである。

水に限るとしたのは、含有物が人工的なトラックの表面などの競技場施設に与える影響を考慮したものである。

2. FIFAは本年3月1日の理事会において、FIFA主催の大会への出場選手に「すね当て」の着用を義務づけることを決定した。これを受けてAFCにおいてもAFC主催の大会で同様の措置をとることになった。日本においてもこれらの大会に出場する可能性のある選手は試合中に限らず日常の練習においても「すね当て」の着用を習慣とする必要があるし、それにもまして益々激しさを要求されるサッカー競技においては、最も大切な脚を傷害から保護するためにも、「すね当て」の着用を義務づける必要があるものと考えからこうした決定となったものである。

なお、FIFAの決定の背景には、競技者の傷害からの保護と同時に出血を伴う傷害によるエイズの感染防止のための措置という側面もあることをつけ加えておく。