

## 大会日程

### 日程

2008年10月25日(土)、26日(日)

土曜日: 予選リーグ・大懇親会

日曜日: 決勝トーナメント・フレンドリーマッチ

### タイムスケジュールのご案内

8:15～	受付
8:45～9:00	開会式
10:00～	試合開始

### 諸注意

- ・グラウンド内は禁煙になっております  
(喫煙所を設けております)
- ・ごみの持ち帰りにご協力下さい

### 懇親会のご案内

日時: 10月25日(土): 18:00～(受付開始)

19:30～21:30

料金: ¥10,000/人

※会場: ホテルクレメント徳島

徳島県徳島市寺島本町西1-61(JR徳島駅) TEL(088)656-3111

<http://www.hotelclement.co.jp/>

**飲んだら乗るな、飲むなら乗るな』飲酒運転は絶対にやめましょう！**

懇親会会場では、お車でお越しの方には運転代行をご案内しております。

### 応急処置法—暑さで倒れたときの応急手当

風通しのよい涼しい日陰へ運び、衣服を緩めたり脱がせたりして、安静にします。

〈意識があるとき〉

(1) 手近のスポーツドリンクなどを飲ませます。

水だけ飲ませるとけいれんがかえって強くなる場合があります。

(2) 足を少し高くして静かに寝かせます。

〈意識状態が悪いとき〉

高熱があったり、けいれんをおこし意識状態が悪い時は、ただちに救急車で病院へ運びます。

〈体温が非常に高く、意識の状態が悪いとき〉

(1) 昏睡(こんすい)体位(下あごを前に突き出させ、横向きに寝かせる)にし、吐いた物による窒息を防ぎます。

からだに水をかけたり、ぬれたタオルをからだにあて、うちわや扇風機であおいであげます。

(2) アルコールで体をマッサージするのもよいでしょう。アルコールの揮発が熱の放散を促進させます。

(3) 冷えすぎると震えがくるので、体温が38度くらいになったら冷やすのをやめます。

〈けいれんをおこしているとき〉

(1) けがをさせないように、ひざに抱いたり、手足をつかんで頭や手足を保護します。

(2) 舌をかまないようにタオルやガーゼを巻いたり、割りばしやスプーンを両方の奥歯にかませるのも一つの方法ですが、無理やりこの方法を行ったり、ただ単に口の中に突っ込んだりしてはいけません。

## 応急処置法—けがをした時の応急手当

---

〈ねんざをしたらしいとき〉

ねんざは、可動域をこえた力が関節に加わったときに、関節が外れかかり、そのときに関節のまわりのじん帯(筋)や血管が傷ついた状態をいいます。

(1) 痛む関節を安静にする。もんだり、引っ張ったりしてはいけません。

(2) スポンジなどをあて弾性包帯やテープを使って、関節を固定しそれから冷やす。関節を冷たい水につけたり、氷のうをあてたりして、30分間くらい冷やします。冷やすと痛みやはれが軽くなります。

〈脱臼したらしいとき〉

脱臼は関節に強い力が加わったために関節が外れた状態をいいます。関節も同時に傷つきます。

(1) 氷のうで冷やす。

(2) 脱臼した関節が動かないように三角巾や包帯で固定する。

〈アキレス腱が切れたらしいとき〉

応急手当

(1) つま先を伸ばし、腹ばいに寝かせる。

(2) つま先を伸ばしたまま、ダンボールや新聞紙などを丸めて副木にし、太ももからつま先まで固定する。

〈肉離れをしたらしいとき〉

応急手当

(1) 伸縮包帯をするかサポーターをして、肉離れをおこした部位を固定し安静にする。

(2) サポーターの上から水や氷のうで30分くらい冷やす。

〈骨折したらしいとき〉

骨折が考えられる症状

- ・ ボキッと折れる音が聞こえた。
- ・ 激しい痛み。
- ・ 変形している。

応急手当

---

(1) 傷口から出血があればまず止血の処置を行います。

(2) 骨折したところを動かすと痛みが強くなり、折れた骨が神経や血管、それに周囲の筋肉を傷つけて

内出血が 強くなります。傷つけたところが動かないように安静にし固定します。

## レジャー保険

---

### \* 対象

大会参加者および審判員(延べ900人)

### \* 保険金

死亡・後遺障害 5,000千円

入院 5,000円

通院 3,000円

### \* 補償範囲

サッカー大会中のみ

(10月26日(土)は大懇親会まで)

## 貸切バス手配のご案内

---

貸し切りバスの手配を承っています。

ご希望の皆様は参加チーム名と利用人数を

9月30日(火)PM1:00までにメールでお知らせ下さい。

[e-mail: info@tokushima-ic.com](mailto:info@tokushima-ic.com)

クリーニングサービスのご案内

クリーニングサービスを承っています。

ご希望の皆様は25日(土)試合終了後(午後15時まで)申し込みください。

26日(日)午前8時までに決勝トーナメント並びにフレンドリーマッチ会場にお持ちいたします。