

令和3年度 熱中症の対策について【更新】

(令和3年6月21日時点)

近年では、熱中症に係る救急搬送件数が増加してきており、熱中症の予防が大きな課題となっています。また、新型コロナウイルス感染予防のため、マスクの着用もあり、いつも以上に健康安全への配慮が必要です。環境省と気象庁では、暑さ指数(WBGT)をもとにした「熱中症警戒アラート」が令和3年4月28日から全国で運用を開始しました。

本校におきましては、令和3年6月21日(月)から9月30日(木)まで、下記のように取り組むこととしますので、保護者の皆様には、ご協力ご理解をよろしくお願いいたします。



基本事項

- 朝起きてから登校するまでに、必ずコップ1杯の水(お茶)を飲むことを指導します。
- 運動場・体育館の暑さ指数は、「熱中症チェッカー」で計測します。「熱中症予防運動指針」を参考に、また、当日の子どもたちの様子も見ながら体育学習を行います。適切な休憩や水分補給を行いながら活動しますが、場合によっては、活動場所や活動内容の変更、さらには、活動を中止することもあります。
- 各教室・特別教室は、「温湿度計」をセットして気温・湿度を計測します。
常時、エアコン・扇風機(2台)等を作動させるとともに、窓・扉を開けて換気します。
- 体操服登校及び体育以外の授業も体操服で受けることを可とします。



【運動に関する指針】

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 10～20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人:体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など
(公財)日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」(2019)より

【熱中症予防のための摂取・使用可能場所及び注意事項】

物 品	摂取・使用可能場所	摂取・使用に当たっての注意事項
スポーツドリンク	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教室 ・ 運動場 ・ 通学路上 	<ul style="list-style-type: none"> ・ お茶に加えて持って来るので、スポーツドリンクのみの持参は禁止します。 ・ 原液のまま飲むと糖分摂取過多になるため、薄めて飲むのが望ましいです。 ・ 他人にあげたり、他人からもらったりしないように指導します。
塩分補給タブレット	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教室 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 乳成分等、アレルギーを引き起こす物質が入っている可能性があるため、アレルギー等安全上の観点から、取扱いに十分注意してください。 ・ ラムネタイプのみ許可のため、キャンディータイプの持参は禁止します。 ・ 教室の中で、教師が許可した場合のみ摂取を認め、教師の目の前で摂取するように指導します。 ・ 他人にあげたり、他人からもらったりしないように指導します。
冷却用タオル	<ul style="list-style-type: none"> ・ 教室 (体育時は使用禁止) ・ 通学路上 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 使用上の注意を怠ると、首が閉まって窒息するなど、重大事故につながることを指導します。 ・ 重大事故につながるという観点から、首に巻いたまま遊ぶことを禁止します。 ・ 他人への貸し借りを禁止します。
日傘	<ul style="list-style-type: none"> ・ 通学路上 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 登下校時は、周りの人に気を付けながら使用するよう指導します。

【登下校時の対応】

- 登下校の前には、必ず水分補給を行うよう指導します。
- 暑い、苦しいと感じる場合は、自分で判断してマスクを外します。ただし、友だちとの歩く距離をしっかりとるようにします。マスクを外したくない人は、つけたままで構いません。



【臨時に授業を行わない措置】

- 「熱中症予防情報サイト（環境省ホームページ）」の暑さ指数（明石・子ども）
 - ・ **【前日 15時の予測で、翌日午前中の3時間以上、数値が3.3以上の場合】**は、翌日の臨時休業を検討し、前日の17時ころまでに結果をお知らせします。
 - ・ **【当日の朝7時現在で、暑さ指数が3.3以上の場合】**は、臨時休業とします。
 - ・ これらの場合、学校からの連絡は、「すぐメール」等でお知らせします。
- 当日の下校時間帯（15時の時間帯）に、暑さ指数が3.3以上の場合
 - ・ 学校で待機させたり、下校を早めたり等、暑さ指数の状況を考慮して適切な対応をします。（下校を少し早める場合でも、給食は済ませてから下校させます）。
 - ・ この場合も、学校からの連絡は、「すぐメール」等でお知らせします。

※「熱中症予防情報サイト（環境省ホームページ）」暑さ指数（明石・子ども）

