

熱中症予防対策

狛江市立和泉小学校

校長 鷲見 真太郎

○熱中症予防対策

- ・※暑さ指数(WBGT)の計測(休み時間や校庭体育実施前等)
- ・マスクや帽子の着脱
- ・体育学習中や休み時間中の水分補給の時間確保と声かけ
- ・水筒持参の推奨
- ・朝や休み時間の健康状態の確認
- ・散水ホースの活用(校庭保健室前・プールサイド)

【運動に関する指針】と対応策

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針		対応策
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。	○校庭での運動を中止 体育館での運動は可能 (冷房設備のため)
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。 ※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	○激しい運動は中止。または、活動を中止 活動を行う場合は、時間短縮、休息及び水分補給の徹底等
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。	○学年や児童の実態に応じて、休息及び水分補給の積極的な時間の確保
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。	○学年や児童の実態に応じて、適度の休息及び水分補給の時間確保
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。	○水分補給の声かけ

運動や体育学習の活動については、暑さ指数を基準に学年や管理職と話し合い実施の判断を行う。