

# 熱中症予防マニュアル（暑さ指数）

浜中町立茶内小学校

本校では、熱中症未然防止のため、環境省発表の【暑さ指数】による下記の取組を行っています。ご家庭においても天気予報等を参考に、お子さんが自ら未然防止のための行動をとれるようご指導お願いします。

## （１）暑さ指数に応じた対応

【当日】職員室職員が、１日２回以上（9：30、12：30）計測し、必要に応じて全校に周知（放送等）します。

暑さ指数(WBGT)	熱中症予防運動指針	本校の対応（基本ライン）
3以上	<b>運動は原則禁止</b> ・特別の場合以外は運動は中止する （特に子供の場合には中止すべき）	■体育・校外学習は中止 ■中・昼休みの活動は中止 （屋外・体育館とも中止） ■屋内では、15分おきに水分補給 ■保護者への連絡（送迎の勧奨）
2.8～3.0	<b>厳重警戒(激しい運動は中止)</b> ・激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動をさける。 ・10～20分おきに休憩をとり、水分・塩分を補給する。 ・暑さに弱い人は運動を軽減・中止する	■屋外体育・校外学習は基本的に中止 ・屋内体育を実施する場合は、激しい運動や持久走は実施しない。また、15分おきに休憩と水分補給 ・体育以外の屋外授業は、15分程度まで ■中・昼休みの活動（遊び）は屋外禁止 ■屋内では、15分おきに水分補給
2.5～2.7	<b>警戒（積極的に休憩）</b> ・積極的に休憩をとり、適宜、水分・塩分を補給する ・激しい運動は30分おきくらいに、休憩をとる	■体育・校外学習を実施する場合は、15分おきに休憩と水分補給 ■中休み・昼休みの活動後は必ず水分補給（外での活動は必ず帽子を着用） ■屋内では、30分おきに水分補給
2.1～2.4	<b>注意（積極的に水分補給）</b> ・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	■体育・校外学習では、適宜水分補給（少なくとも30分に1回は水分補給） ■中休み・昼休みの活動後は必ず水分補給（外での活動は必ず帽子を着用） ■屋内でも適宜水分補給（授業中も含む）
2.0以下	<b>ほぼ安全（適宜水分補給）</b>	

## 【事前】

熱中症警戒アラート発表の可能性がある場合、近隣校と連絡を取り、状況に応じて保護者へ周知します。

### 【児童・保護者への周知】\*状況に応じて安全・安心メールを配信する

- ・登下校時の安全確保のお願い
- ・暑さ対策の徹底
- ・少年団活動の注意喚起
- ・大きめの水筒や冷却グッズの持参の推奨
- ・登下校時刻の繰り上げ・繰り下げ、臨時休業など