

熱中症予防について

令和3年度 学校保健安全委員会資料

- ・令和3年6月より、熱中症チェック表を各階に設置し、昼休みの過ごし方を掲示する。

【外に出る時の共通理解事項】

- ☆ 帽子を必ずかぶり、水筒を持っていく。
- ☆ 外で運動するときは、マスクを外す。校舎に戻ったら、必ずマスクをつける。
- ☆ 体調がすぐれないとき、いつもと違うときは外に行かない。

※WBGT 値を確認し、その日の昼休みの過ごし方を決める。



外で遊ばない。



激しい運動は禁止。日陰でお散歩する程度。
1:15 に室内に戻る。



運動をして遊んで良いが、1:15 に室内に
戻る。



運動をして遊んでよい。短縮なし。



運動をして遊んでよい。短縮なし。

- ・2学期よりスポーツ飲料を持ってきてよい。基本は、水筒にお茶を入れて持ってくる。スポーツ飲料のみの持参は、糖分の摂り過ぎになるためしない。お茶+αをお願いします。
※スポーツ飲料はペットボトルに入れて持ってくる。
(水筒に入れると、水筒の中の金属が溶け、中毒症を起こす可能性があるため。)

- ・水で濡らすと冷えた布になる商品等を使用し、登下校時等に活用する。