

熱中症対策について

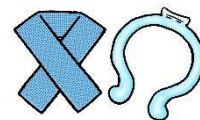


6月も後半に入り、日中の気温が上昇してきました。そこで、本校では、下記のように児童の熱中症対策に取り組みます。よろしくお願いいたします。

①熱中症対策グッズについて（持参・使用を可とするもの）

- ・冷感タオルやクールネックリング（例 水に濡らして首に巻くタイプのものなど）
必ず記名をお願いします。

※事故防止のため、扇風機やスプレーなどは持ってこないでください。



②外遊びについて

- ・休み時間の外遊びは、下記の熱中症予防運動指針に従って対応を検討します。

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。
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。
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。

「環境省 熱中症 環境保健マニュアル 2018 より」

暑さ指数（WBGT）とは・・・？

気温が高い時だけではなく、湿度が高い時にも熱中症は発生しやすくなります。
また、直射日光や照り返しがあると身体で感じる温度は変化します。熱中症の原因となる暑さの要素、すなわち、気温・湿度・輻射（放射）熱・気流を総合的に表した指数を暑さ指数（WBGT）といいます。

❖お願い

登校する際、帽子をかぶらせてください。
また、お茶は多めに持たせてください。
よろしくお願いいたします！

