

熱中症対策ガイドライン

三豊市立和光中学校

1 日頃の環境整備などについて

- (1) 空調設備を適切に活用する。
- (2) 適切に水分・塩分補給ができるように、保健室に塩分タブレット、経口補水液を常備する。
- (3) 速やかに体を冷却できるように、保健室、職員室の冷凍庫に氷を常備する。
- (4) 体育館や運動場、プールなど空調設備のない場所での活動では、扇風機、日よけを活用し、活動中やその前後に、こまめな休憩や水分補給を行う。
- (5) 熱中症発生時（疑いを含む）に速やかに対処できる体制を整備する。
 - ・意識障害等重度の症状があれば躊躇なく救急要請・全身冷却・AEDの使用も視野に入れる。

2 生徒への指導について

- (1) 運動に限らず、活動の前後も含めてこまめに水分補給し、休憩をとること。
- (2) 自分の体調に気を配り、不調が感じられるときにはすぐに教職員等に申し出ること。
- (3) 帽子を着用したり、マスクをはずしたりするなど熱中症事故の防止に気をつけること。
- (4) 運動を行った後は十分にクールダウンするなど、体調を整えた上でその後の活動（登下校を含む）を行うこと。
- (5) 互いに水分補給や休憩、体調管理の声を掛け合うこと。

3 活動(保健体育、運動部活動等)における留意点

- (1) 暑さ指数(WBGT)により活動の危険度を把握し、適切に対応すること。
 - ・運動場、体育館他、活動場所に暑さ指数計を設置し、指導者が活動時に適宜確認する。
 - ・暑さ指数が31を超えた場合は、空調のある部屋での休憩や水分・塩分補給など、対策を強化すること。
 - ・暑さ指数が35を超えた場合は、直ちに活動を中止すること。
- (2) 「熱中症警戒アラート」が発表された場合は、熱中症対策を強化した上で活動すること。
- (3) 「熱中症特別警戒アラート」が発表された場合は、活動を中止すること。また、夏季休業中においては、全校生の登校を中止すること。
 - ※前日14:00に気象庁から発表がある。学校からHome&Schoolで保護者に周知する。
- (4) 生徒の様子をよく観察し体調の把握に努めること。
- (5) 体調に違和感があるときには申し出やすい環境づくりをすること。
- (6) 生徒の様子やその他状況に応じて活動計画を柔軟に変更すること。
- (7) 運動強度・活動内容・継続時間の調節は生徒の自己管理のみとせず、指導者が把握し、適切に指導すること。
- (8) 生徒が分散している場合、緊急事態の発見が遅れることもあるため、特に熱中症リスクが高い状況での行動には注意すること。