

令和6年度 朝来市中学校 熱中症予防マニュアル

熱中症は予防が大切！熱中症は、放置すれば死に至る緊急事態である！

※この認識を全教職員が持つこと。

＜熱中症予防の原則＞ 「熱中症を予防しようー 知って防ごう熱中症 ー」より

1. 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと
2. 暑さに徐々に慣らしていくこと
3. 個人の条件を考慮すること
4. 服装に気を付けること
5. 具合が悪くなった場合は早めに運動を中止し、必要な処置をすること

すべての場面で実施

1 環境条件を把握する

- ・暑さ指数（WBGT）の測定
 - ・熱中症警戒アラートの確認（「気象庁 キキクル」等）
- ⇒ 職員・児童生徒の共通認識（掲示・伝達方法の工夫）

2 暑さ指数（WBGT）による対応

- 31～ 運動は原則中止、下校は対策を講じる（バス・学校付近を除く）
- 28～31 激しい運動は中止
- 25～28 積極的に休憩

3 個人の状態や体調の考慮

通常と様子が違う場合は、無理をさせない。

4 時期による対策

4月

- ・「朝来市小中学校 熱中症予防マニュアル」「熱中症 環境保健マニュアル（環境省）」「学校における熱中症対策ガイドラインの手引き（環境省・文部科学省）」等の全教職員での確認
- ・登下校時のトラブルについて訓練（児童生徒対象）
 - 例）110番の家の確認、熱中症対策等

5月中旬～

- ・暑さ指数での対応について保護者への周知
- ・暑くなればマスクを外すように呼びかける
- ・暑くなれば熱中症対策用具を積極的に活用させる
 - 例）スポーツドリンク、冷感タオル、ネッククーラー、日傘等

梅雨明け直後～

- ・運動前、下校前の水分補給(時間の確保と水分補給の確認)
- ・登校前の水分補給について、保護者へ依頼
- ・塩分等の補給
- ・暑さに徐々に慣らしていく(暑熱順化)
- ・カバンの重量を減らす

5 活動による対策

集団活動時(部活動や体育の授業等)

- ・責任の所在の明確化と監督者の配置
- ・すぐに利用できる休憩場所の設置
(テントの設営及びクーラーをかけておく等)
- ・こまめな休憩のための時間の設定
- ・いつでも飲める冷たい飲料(5℃～15℃)の準備

(個人と集団)

- ・無理をしない活動の指導(体調管理)

「熱中症環境保健マニュアル2022」P.37参照

具合が悪くなった場合

- ①活動の中止
- ②風通しの良い日陰やクーラーの効いた室内等に避難
- ③水分と塩分の補給

救急搬送の必要性の判断のポイント

- ①意識がしっかりしているか?
- ②水を自分で飲むことができるか?
- ③症状が改善したか?

※病院にかかる際、「こども医療」ではなく、「スポーツ振興センター災害共済給付制度」を利用するように伝える。