

くりまっこ

元気いっぱい 笑顔あふれる 栗真の子



学校における熱中症対策について

1 熱中症警戒アラートが発表されたら

熱中症警戒アラートは、特に暑くなると予測された日の当日や前日に、環境省と気象庁が注意を呼びかける情報です。暑さ指数（WBGT）の予測値を使って、発表しています。具体的には、環境省が発表している暑さ指数が33以上になると予測される場合、都道府県別に発表します。発表は1日2回、前の日の夕方17時と、その日の朝5時に行います。ただし、発表の後に天候が変わっても、発表の追加や取り消しはありません。

熱中症警戒アラートが発表されたら、熱中症にかかる危険性が極めて高まることが予測されるため、いつも以上に積極的に、熱中症予防に努めなければなりません。そのため、本校では、熱中症警戒アラートが発表された日は、休み時間も含め、校外での教育活動は、原則中止にしています。

2 暑さ指数（WBGT）について

暑さ指数が28を超えると、熱中症にかかる人が急増すると言われています。暑さ指数が28以上31未満は「嚴重警戒」で、激しい運動を避け、軽い運動でも20分おきに休憩をとり、水分補給するよう示されています。また、暑さ指数が31以上は「危険」で、運動を中止にするよう示されています。暑さ指数33以上ともなると、それ以上に「危険」な状態と言えるわけです。本校では、この暑さ指数（WBGT）の数値によっても、運動の内容や外遊び、室内での過ごし方など、気を配るようにしています。

3 本校の熱中症予防について ※詳細は、保護者宛文書(5/17配布)をご確認ください。

(1) 水分補給について

- ①下校時のお茶が不足しないよう、水筒を2本持ってきたり、未開封・記名済みのペットボトルを保健室に預けたりするなどの対策をお願いしています。
- ②お茶が足りない場合や水筒を忘れた場合は、水道管直結の水を飲むことにしています。
- ③授業中も必要に応じて、学習の妨げにならないよう、各自で水分補給をしています。
なお、友だち同士でのやりとりなどは、衛生上できません。
- ④保健室には経口補水液を常備し、必要な時に飲ませるようにしています。

(2) 経口補水液、スポーツ飲料の持参について

本校では、保護者の方が必要であると判断した場合、運動会の時期まで、経口補水液やスポーツ飲料を持参することを認めています。ただし、以下のことに留意してください。

- ①スポーツ飲料には多量の糖分が含まれているので、経口補水液を推奨します。
- ②経口補水液やスポーツ飲料は登下校時や運動後など、たくさん汗をかいたときに飲むよう、ご家庭でも話をしてください。
- ③傷などがある金属製の容器に酸性の飲み物を入れると、金属が過剰に溶け出し、中毒症状を起こすことがあります。専用の容器に入れるようにしてください。
- ④ペットボトルで持参する場合は、必ずカバーをかけるようにしてください。
- ⑤友だちにあげたり、もらったりはできません。

(3) 登下校時について

- ①傘をさすことで、直射日光が避けられ、体感温度を大幅に下げると言われています。ご家庭で、必要と判断された場合は、正しい傘の使い方・持ち方について、しっかりと指導していただいた上で、持たせてください。

※傘を振り回したり、先を人に向けたりというような危険な使い方をしないなどの指導を必ずお願いします。また、無意識的に危険な使い方をしてしまうこともありますので、その点についても指導をお願いします。

※傘については、日傘でも雨傘でもかまいません。

- ②登下校中においても、安全に気をつけた上で、適切に休憩や水分補給をするように指導します。ご家庭でも声をかけていただくよう、お願いします。

(4) 冷却タオル等の使用について

首に巻く冷却タオル等については、ご家庭の判断で持たせていただいてもかまいません。持たせる場合は、記名をする等して各自で管理できるよう、ご家庭でご指導ください

(5) 体育などの運動時、屋外での活動時のマスク着用について

気温や湿度、暑さ指数が高い日のマスク着用は、熱中症を発症する危険性が高まります。体育では、マスクを外して活動します。また、屋外で体を動かす活動を行う場合にも、必要に応じてマスクを外します。下校の際も、熱中症の危険があると判断したときは、マスクを外すように声を掛けます。また、その時の体調や個人差もありますので、苦しいと感じたときは、自分でマスクを外すよう、ご家庭でもご指導ください。

マスク着用については個人の判断とされていますが、熱中症には命に関わる危険があることを踏まえ、熱中症への対応を優先することとします。

このことについて、事情があり、運動時であってもマスクが外せない場合や配慮が必要なことがある場合は、個別に学校までご相談ください。

4 下校後の過ごし方について

下校後に学校の運動場に集まり、額から汗を垂らしながら、元気に遊んでいる子どもたちが多く見られます。他の小学校では見られない光景で、微笑ましく思います。栗真の子どもたちの体力・運動能力の平均が全国よりも高いという理由の1つでもあると思います。ただし、これからの季節は熱中症の心配が増してきます。下校してから外で遊ぶ際には、必ず帽子をかぶり、必要な時に水分が補給できるよう、水筒などを持って出かけるようにしましょう。ご家庭でも声をかけていただくよう、お願いします。