

令和5年8月8日現在

大石中学校熱中症対策指針について

大石中学校では、部活動中の熱中症対策のため、以下のような取り組みを行っております。

【教職員及び生徒への熱中症について理解を深める】

- ①夏季休業前までに、養護教諭を中心として、教職員向けの熱中症対策研修会を実施し、熱中症の予防と対策について共通理解を図る。
- ②夏季休業前までに、養護教諭を中心として、運動部活動の代表者（2名程度）と保健委員会の生徒向けに熱中症の予防と対策について指導を実施する。
- ③運動部活動の生徒に対し、顧問を中心として、生徒向けの啓発動画を視聴させ、生徒が自ら熱中症の危険を予想し、安全確保の行動をとることができるよう指導する。

【WBGTが31を超えた場合の対応について】

- ①WBGTが31を超えた時点で、原則屋外での部活動を行わない。
- ②WBGTが31を超えた場合、日陰や屋内に移動し、10分間の休憩をとるとともに水分補給をする。顧問は、体調不良者の有無を確認し、状況に応じて、屋内や教室等に移動して活動する。WBGTが31を下回った場合でも、体調不良者が複数人であった場合は活動を中止する。
- ③活動場所において、WBGTが31を下回らない場合は、原則活動を行わない。

【確認事項】

◎活動前

WBGTの数値、現在の体調、欠食はないか、睡眠不足等、前日の体調、水筒の有無

※緊急時に生徒が対応できるように周知徹底しておく。

◎活動中

休憩は十分（30分おき）か、体調不良者の有無、生徒の顔色（紅潮・蒼白）、生徒同士での体調確認

※30分の活動で10分程度の休憩をとる。

※休憩の際は、飲水の確認、衣服を緩めるなど体温を低下させる工夫を行う。

※外周や持久走等、体温が上昇しやすい激しい運動は原則禁止とする。

◎活動後

体調不良者の有無（頭痛・吐き気等）、体調不良者がいる場合は、
管理職・担任・学年職員・養護教諭へ報告

【夏季休業中の部活動について】

- ①屋外運動部活動顧問は、熱中症警戒アラートのメール登録を行い、気象状況について把握を行う。
- ②運動部活動顧問は、部活動の活動記録簿に記録を取り生徒の健康状況と気象状況を常に把握する。
- ③実施の期日や活動時間帯、内容などの計画を立てるに当たっては、熱中症警戒アラートの発令時や、WBGTが3.1以上の時、最高気温が35℃以上の予報が出された場合や、活動中に35℃以上になった場合について基本的に中止を前提とした判断をするなど、生徒の安全確保を最優先とすること。
- ④生徒が下校する時間については、練習予定等であらかじめ生徒に示す。また、下校時間に大幅な変更がある場合は、保護者に連絡するなど、生徒が安全に下校できるよう配慮する。
- ⑤部活動終了後も、生徒一人ひとり、全員の健康観察と体調を確認し、体調がすぐれない生徒等はすぐに帰宅させない。

【保護者の皆様へお願い】

運動中にはこまめに水分補給をする必要があるため、適度な塩分（0.1～0.2%程度）を含む経口補水液やスポーツドリンクなどの冷たい飲料を十分に持参させるようお願い致します。

また、体調が悪いと体温調節能力も低下し、熱中症につながります。疲労、睡眠不足、発熱、風邪、下痢など、体調の悪いときには無理に運動をしないよう、ご家庭でもご指導をお願い致します。

生徒一人一人には個性があり、健康状況や暑さへの耐性などは人それぞれです。ご不安なことは直接学校までお問い合わせいただければ、個別で配慮することも可能となりますのでよろしくお願い致します。