

熱中症予防等夏の対策について（お知らせ）

今年（ことし）は例年（れいねん）よりも梅雨（つゆ）入りが遅（おそ）くなりました。プール（かつどう）での活動（はじ）が始（あつ）まり、暑い夏（なつ）を迎（むか）えます。本校（ほんこう）では、熱中症（ねっちゅうしょう）の防止（ぼうし）等のため、以下（い）のような対策（たいさく）を進（すす）めます。各（かく）ご家庭（かてい）におか（り）かましては、ご理解（りかい）いた（な）だくとともにご協（きょう）力（りよく）のほどお願（ねが）いいた（し）ます。

【持ち物（も）に関して（かん）して】

- 毎日（まいにち）必ず（かならず）、大きめ（おお）の水筒（すいとう）にお茶（ちや）もしくは水（みず）を入れて持（も）たせてください。
 - ・スポーツドリンクは、糖分（とうぶん）が多（おほ）いため持（も）たさないでください。学校（がっこう）では緊急時（きんぎゅうじ）に備（そな）えて「経口補水液（けいこうほすいえき）」を置（お）いています。
 - ・友だち（とも）にお茶（ちや）や水（みず）は分（わ）けません。
 - ・水筒（すいとう）のお茶（ちや）・水（みず）は、毎日（まいにち）必ず（かならず）入れ替（か）えてください。
- 登校時（とうこうじ）にネッククーラー（neck cooler）をつけてきても構（かま）いません。ただし、校内（がうない）では外（は）すようにし（ま）す。また、保管（ほかん）は各自（かくじ）で責任（せきにん）をも（も）って行（おこな）うようにさ（せ）てください。
- 虫刺（むしさ）され防（ぼう）止（し）のためのシール（seal）やプレスレット（press-let）はつ（つ）けてきても構（かま）いません。また、虫除（むしよ）けスプレー（spray）は、他（た）の児童（じどう）のアレルギ（allergy）反（はん）応（おう）防（ぼう）止（し）のため、必ず（かならず）家（いえ）で行（おこな）ってき（き）てくださ（さ）い。学校（がっこう）でスプレー（spray）するこ（こ）とはでき（き）ません。



【授業（じゅぎょう）に関して（かん）して】

- 適切（てきせつ）に冷房（れいぼう）を（を）使用（し）して、室温（しつおん）は26～28℃（たも）に保（たも）つよう（よう）にし（し）ます。
- 休（やす）み時間（じかん）には、児童（じどう）には水分補給（すいぶんほきゅう）を（を）するよう（よう）指（し）示（し）し（し）ます。また、休（やす）み時間（じかん）が（が）終（お）わ（わ）って教室（きょうしつ）に戻（もど）ってきたとき（とき）も水分補給（すいぶんほきゅう）を（を）行（おこな）います。
- 体育（たいいく）の学（がく）習（しゅう）にお（お）いては、途（と）中（ちゅう）に必ず（かならず）水分補給（すいぶんほきゅう）を（を）行（おこな）います。プール（プール）での学（がく）習（しゅう）にお（お）いても同（どう）様（よう）です。
- プール（プール）での学（がく）習（しゅう）ではプール（プール）サイ（さい）ド（ド）に水（みず）を（を）ま（ま）き、プール（プール）サイ（さい）ド（ド）の温（おん）度（ど）の上（あ）昇（しょう）を（を）止（と）めるよう（よう）に（に）し（し）ます。な（な）お気（き）温（おん）・水（みず）温（おん）や児童（じどう）の状（じょう）態（たい）を（を）見（み）て途（と）中（ちゅう）で中（ちゅう）止（し）する場（ば）合（あ）いも（も）あ（あ）り（り）ま（ま）す。
- 他（た）の教（きょう）科（か）の授（じゅ）業（ぎょう）にお（お）いては、必（ひ）要（よう）に心（こ）じ（じ）て指（し）導（どう）者（しゃ）の許（きょ）可（か）、指（し）示（し）の（の）も（も）と（と）で、適（てき）宜（い）水分（すいぶん）補（ほ）給（きゅう）を（を）行（おこな）います。

【暑（あつ）さ指（し）数（すう）による活動（かっどう）中（ちゅう）止（し）につ（つ）いて】

○ 環境省（かんきょうしょう）熱中症（ねっちゅうしょう）予（よ）防（ぼう）情（じょう）報（ほう）サイ（さい）ト（ト）では、運（うん）動（どう）に（に）関（かん）して次（つぎ）の（の）よう（よう）な指（し）針（しん）を（を）あ（あ）げ（げ）て（て）い（い）ま（ま）す。

気温（参考）	暑さ指数（WBGT）	熱中症（ねっちゅうしょう）予（よ）防（ぼう）運（うん）動（どう）指（し）針（しん）	
35℃以上	31以上	危険 運動（うんどう）は原則（げんそく）中（ちゅう）止（し）	特別（とくべつ）の場（ば）合（あ）い以外（い）は運（うん）動（どう）を（を）中（ちゅう）止（し）する 特に（とくに）子（こ）ども（ども）の場（ば）合（あ）い（い）は中（ちゅう）止（し）す（す）べ（べ）き
31℃以上 35℃未満	28以上 31未満	嚴重警戒 激（げき）しい運（うん）動（どう）は中（ちゅう）止（し）	熱中症（ねっちゅうしょう）の危（き）険（けん）性（せい）が（が）高（たか）い（い）ので、激（げき）しい運（うん）動（どう）や持（も）久（きう）走（そう）など（など）体（てい）温（おん）が（が）上（あ）昇（しょう）し（し）や（や）す（す）い（い）運（うん）動（どう）は（は）避（さ）け（け）る 10～20分（ぶん）お（お）き（き）に休（やす）息（そく）を（を）取（と）り、水（みず）分（ぶん）・塩（しお）分（ぶん）の補（ほ）給（きゅう）を（を）行（おこな）う。
28℃以上 31℃未満	25以上 28未満	警戒 積極（せきぎよく）的（てき）に休（やす）息（そく）	熱中症（ねっちゅうしょう）の危（き）険（けん）が（が）増（ぞう）す。積（せき）極（ぎよく）的（てき）に休（やす）息（そく）を（を）取（と）り適（てき）宜（い）水（みず）分（ぶん）や塩（しお）分（ぶん）を（を）補（ほ）給（きゅう）する。
24℃以上 28℃未満	21以上 25未満	注意 積極（せきぎよく）的（てき）に水（みず）分（ぶん）補（ほ）給（きゅう）	熱中症（ねっちゅうしょう）による死（し）亡（ぼう）事（じ）故（こ）が（が）発（はっ）生（せい）する可（か）能（ねい）性（せい）が（が）あ（あ）る 熱中症（ねっちゅうしょう）の兆（しやう）候（こう）に注（ちゅう）意（い）し、運（うん）動（どう）の合（あ）間（かん）に積（せき）極（ぎよく）的（てき）に水（みず）分（ぶん）・塩（しお）分（ぶん）を（を）補（ほ）給（きゅう）する。
24℃未満	21未満	ほぼ安全 適（てき）宜（い）水（みず）分（ぶん）補（ほ）給（きゅう）	通常（つうじょう）は熱中症（ねっちゅうしょう）の危（き）険（けん）は（は）小（せう）さい（さい）が（が）、適（てき）宜（い）水（みず）分（ぶん）や塩（しお）分（ぶん）の補（ほ）給（きゅう）は（は）必（ひ）要（よう）で（で）あ（あ）る。

暑（あつ）さ指（し）数（すう）（WBGT）とは？

熱中症（ねっちゅうしょう）を予（よ）防（ぼう）するこ（こ）を（を）目（め）的（てき）と（と）して1954年（ねん）にア（あ）メ（め）リ（り）カ（か）で（で）提（てい）案（あん）さ（さ）れた（た）指（し）標（ひょう）。単（たん）位（い）は（は）気（き）温（おん）と（と）同（どう）じ（じ）摂（せつ）氏（し）度（ど）（℃）で（で）示（し）さ（さ）れ（れ）ま（ま）す（す）が（が）、そ（そ）の（の）値（ち）は（は）気（き）温（おん）と（と）は（は）異（い）な（な）っ（っ）て（て）い（い）ま（ま）す（す）。

○ これ（これ）を（を）も（も）と（と）に、本（ほん）校（こう）で（で）は、各（かく）種（しゆ）の活（かっ）動（どう）時（じ）間（かん）は、原（げん）則（そく）と（と）して次（つぎ）の（の）よう（よう）に（に）い（い）た（た）し（し）ま（ま）す（す）。

	体育（たいいく）の授（じゅ）業（ぎょう） （含（含）：プール（プール）水（すい）泳（えい））	休（やす）み時間（じかん）	ほうかご 放（はう）課（か）後（ご）の校（こう）庭（てい）開（かい）放（ほう）
危険	×（運（うん）動（どう）場（ば）・体（てい）育（いく）館（くわん）と（と）も（も）中（ちゅう）止（し）し（し）ま（ま）す）	×（中（ちゅう）止（し））	×（中（ちゅう）止（し））
嚴重警戒	○ （激（げき）しい運（うん）動（どう）は（は）避（さ）け（け）ま（ま）す）	○	×（中（ちゅう）止（し））（注（注））
警戒	○ （適（てき）宜（い）休（やす）息（そく）を（を）と（と）り（り）ま（ま）す）	○	○

（注）放（はう）課（か）後（ご）は（は）児（に）童（どう）が（が）自（じ）由（ゆう）に（に）遊（あそ）ぶ（ぶ）時（じ）間（かん）が（が）長（なが）く（く）な（な）り（り）、熱中症（ねっちゅうしょう）の危（き）険（けん）性（せい）が（が）高（たか）く（く）な（な）る（る）た（た）め（め）、「嚴重警戒（げんじゅうけいかい）」が（が）発（はっ）令（れい）さ（さ）れた（た）日（ひ）は、校（こう）庭（てい）開（かい）放（ほう）を（を）中（ちゅう）止（し）に（に）し（し）ま（ま）す（す）。ご（ご）理（り）解（かい）く（く）だ（だ）さ（さ）い（い）。

「早（はや）寝（ね）・早（はや）起（お）き・朝（あさ）ご（ご）は（は）ん」で、お（お）子（こ）さん（さん）の体（たい）調（ちよう）管（かん）理（り）を（を）お（お）願（ねが）い（い）し（し）ま（ま）す

