

山形市立第二中学校における熱中症事故防止対策について

1 熱中症予防の原則について

熱中症は生命にかかわる病気です。熱中症に関する正しい知識を持ち、一人一人が自分のいのちと健康を守っていきましょう。

「R6. 6. 15 山形市教育委員会通知」より

熱中症予防の原則

- 1 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分・塩分補給を行うこと
 - ・暑さ指数等を測定し、「熱中症予防運動指針」を参考に運動する。
 - ・暑い時期の運動はなるべく涼しい時間帯にし、休憩を頻繁に入れる。
 - ・激しい運動では休憩は30分に1回はとり、強制的な運動は厳禁。
 - ・暑い時期は、経口補水液やスポーツドリンク等により、こまめに水分と塩分を補給する。
- 2 暑さに徐々に慣らしていくこと
 - ・梅雨明け直後等、急に暑くなったときは運動を軽くする。
 - ・1週間程度で徐々に暑さに体を慣らす。
- 3 個人の条件を考慮すること
 - ・活動前、活動中、活動後の健康観察が重要。
 - ・体調が悪いときに無理に運動をしない、させない。
 - ・体力の低い人、暑さに慣れていない人、軽症でも一度熱中症を起こしたことがある人は特に注意する。
- 4 服装に気を付けること
 - ・服装は軽装とし、吸湿性や通気性の良い素材にする。
 - ・直射日光は帽子等で防ぐ。
- 5 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること
 - ・具合が悪くなった場合には、すぐに活動を中止し、風通しの良い木陰やクーラーが効いている室内等に避難させる。
 - ・症状から、重症度を判断し必要な処置をとる。(表1参照)

(独立行政法人日本スポーツ振興センター「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」より作成)

2 学校における対応について

- (1) 暑さが心配される時期になりましたら、定時測定（朝・昼・放課後）を行い、指数をホームページに掲載します。
- (2) 山形商業高等学校に設置してある高性能気象 IoT センター「ソラテナ Pro」を参考にし、リアルタイムのデータを活用し、熱中症事故防止に努めます。
- (3) 活動に当たっては、少なくとも 30 分に一度など定期的にかつ気温等の状況変化に応じて適切に、暑さ指数（WBGT）を測定します。
- (4) WBGT 情報等において、気温が 35℃以上、または WBGT31℃以上となる場合は、屋外活動や運動活動を原則として行いません。 気温や WBGT が上記の数値に達しない場合でも、湿度が高い場合や日差しが強い場合には、活動内容を変更する等十分な対策を行います。
- (5) 前日に熱中症特別警戒アラート（県内の全情報提供地点の最高暑さ指数が 35 に達する予測）や熱中症警戒アラート（県予報区等内のいずれかの地点の最高暑さ指数が 33 に達する予測）が発表された際には、翌朝の登校時からの暑さ対策等について、保護者連絡メールシステムを活用して連絡いたします。なお、教育委員会より教育活動の中止及び変更等もあります。
- (6) 活動を行う際には、こまめな水分・塩分の補給や休憩の確保、活動前・中・後の生徒への健康観察等十分な配慮を行います。
- (7) 活動終了後は、十分にクーリングダウンを行う等、体調を整えた上で下校させます。
（※状況に応じて、部活動ごとのクーリングダウン部屋を活用）
- (8) 下校時に生徒の体調を確認し、気象状況も踏まえながら、下校の可否を判断します。下校させることが難しい場合は、保護者へ送迎を依頼する場合もございます。
- (9) 保健室には経口補水液や塩分を含んだタブレット等を準備し、熱中症の疑いが見られた際に、迅速に対応できるようにします。
- (10) 体育の授業や部活動等に加え、体育祭等の学校が主催する行事を実施するにあたっては、高温や多湿が予想されている場合には延期や見直し等柔軟に対応します。

3 生徒のみなさんの熱中症対策について

- (1) 学校生活（登下校時も含む）等で体育着のシャツの裾を出して活動することも認めることとします。（※学校全体で期間を設定）
- (2) 登下校時や諸活動での帽子の着用や日傘の使用を推奨します。
- (3) 水分補給に関し、水筒を持参することを基本とするが、必要に応じて不足分を凍らせたペットボトル等を持参してください。
- (4) 部活動や諸活動等で暑さが心配される場合、必要に応じて身体を冷やすもの（ヒヤロンや冷えピタシート等）を持参してください。
- (5) 土日の部活動や夏季休業中の諸活動で、長距離徒歩等の登下校に心配があり、自転車による登下校を希望する場合は、部活動や諸活動ごとに自転車使用許可願を提出します。
（顧問の先生へ相談してください。） 自転車による登下校を行う際は、ヘルメットを着用すると共に交通ルールを守り、交通安全に十分留意しましょう。

4 熱中症警戒アラートと熱中症特別警戒アラートについて

	熱中症警戒情報	熱中症特別警戒情報
一般名称	熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
位置づけ	気温が著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る被害が生ずる恐れがある場合 (熱中症の危険性に対する気付きを促す) <これまでの発表回数> R3 : 613 回、R4:889 回、R5 : 1232 回	気温が特に著しく高くなることにより熱中症による人の健康に係る重大な被害が生ずるおそれがある場合 (全ての人が、自助による個人の予防行動の実践に加えて、共助や公助による予防行動の支援) <過去に例のない広域的な危険な暑さを想定>
発表基準	府県予報区等内の いずれかの 暑さ指数情報提供地点における、日最高暑さ指数(WBGT)が 3.3 (予測値、小数点以下四捨五入) に達すると予測される場合	都道府県内において、 全ての 暑さ指数情報提供地点における翌日の日最高暑さ指数(WBGT)が 3.5 (予測値、小数点以下四捨五入) に達すると予測される場合 (上記以外の自然的社会的状況に関する発表基準について、令和6年度以降も引き続き検討)
発表時間	前日午後5時頃及び当日午前5時頃	前日午後2時頃 (前日午前10時頃の予測値で判断)
表示色	紫	黒

5 クーリングシェルターについて

熱中症特別警戒アラートの発表期間中、一般に解放されます。必要に応じて活用してください。

【二中学区】

	施設名	場所	解放可能日	開放時間	受入可能数
1	江南公民館	1階談話ホール	火～日曜日(第3日曜日および祝日を除く) 第3日曜日の次の月曜日	9:00～22:00	20人
2	霞城公民館	1階ロビー	火～日曜日(第3日曜日および祝日を除く) 第3日曜日の次の月曜日	9:00～22:00	18人
3	榎沢コミュニティセンター		月～金曜日 (祝日を除く)	8:30～17:15	10人

【その他】

	施設名	場所	解放可能日	開放時間	受入可能数
4	山形市役所	1階市民ホール	月～金曜日(開庁日) 祝日を除く	8:30～17:00	約50人
5	中央公民館	4階大会議室前ロビー 5階談話室	月、水～日曜日	9:00～22:00	26人
6	山形市立図書館	一般開架 ブラウジングコーナー	火～日曜日 (最終金曜日を除く)	9:30～19:00 (火～金) 9:30～17:00 (土日祝日)	40人