

保護者のみなさまへ

福井市大東中学校  
校長 南部 隆幸

学校生活時の熱中症事故防止の対応について

本校では、学校における熱中症予防対策について、「学校における熱中症対策ガイドライン制作の手引き」及び福井市教育委員会からの指針を受けて、次のようにさせていただきます。

○熱中症特別警戒アラートおよび熱中症警戒アラート発令時の対応

	熱中症特別警戒アラート発令時	熱中症警戒アラート発令時
	県内9情報提供地点の全てで翌日の日最高暑さ 指数 (WBGT) が 35 (予想値) に達する場合	県内9情報提供地点のいずれかで翌日・当日の日最高暑さ指数 (WBGT) が 33 (予想値) に達する場合
発令時間	前日14:00	前日17:00もしくは当日5:00
夏季休業期間以外	運動や各種行事等の原則中止、延期、変更(登校は可。)	特別な場合(※1)以外は、原則運動は行わない。
夏季休業期間中	登校日や学習会、部活動等については、中止。③大会前の練習は中止。(※2②の場合は可。ただし慎重に判断する。)	登校日や学習会、部活動等については、原則行わない。(※2の場合は可。)

- ※1 医師、看護師、熱中症の対応について知識があり一次救命処置ができるもののいずれかを常駐させ、救急搬送体制の対策を講じた場合や、暑い時間帯を避けたり、涼しい屋内で運動したりする場合等のこと。
- ※2 ※1のように十分な安全配慮を行い、生徒およびその保護者等の十分な理解を得た場合については、以下の活動は、特別に実施することができる。
- ①学習会、テスト等を行う場合
  - ②大会やコンクール等に出場する場合  
(大会やコンクール等の主催者等と連携して、万全な安全対策を図ること)
  - ③大会やコンクール、学校行事等に向けて必要な活動を行う場合 (福井市教育委員会からの指針)

<夏季休業中の大東中学校としての対応>

- (1) 熱中症特別警戒アラート発令時・・・上記の表に従う
- (2) 熱中症警戒アラート発令時・・・昨年度より、部活動は実際の活動場所(大東中体育館、グラウンド等)・活動時間の気温、WBGTを測定し判断する。状況により中止にする。

※活動中止の場合は緊急メールシステムで連絡をする

○夏季休業中の熱中症事故防止のための対策

【学校】

- 部活動はなるべくできるように活動時間を比較的涼しい時間(8:00~10:00)で設定する
- 週2回以上は必ず休養日を設定する
- 活動終了後は、30分程度涼しい部屋でクールダウンをしてから下校する
- 活動前後に水分補給、塩分タブレットの補給などをする
- 活動前には事前に健康観察を行い、次に該当する場合は部活動をさせない
- 体調不良がある場合
- 朝食を食べていない場合
- 睡眠不足の場合

【家庭】

- 登下校時、通学の支障にならないような暑さ対策をする
- 十分な水分を準備する
- 睡眠 朝食 健康管理
- 登校する際は、健康観察を家庭で行ってくる

※熱中症情報に関しては  
環境省の「熱中症予防  
情報サイト」で確認して  
ください



【参考資料】

○暑さ指数(運動に関する指針) : 環境省 熱中症予防情報サイトより

○熱中症の対応 : 日本スポーツ振興センター(スポーツ事故対応ハンドブックより)

## 熱中症への対応

### 熱中症を疑う症状

- ★ めまい・失神
- ★ 四肢の筋や腹筋がつり、筋肉痛が起こる。
- ★ 全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛等が起こる。
- ★ 足がもつれる。ふらつく。転倒する。突然座り込む。立ち上がれない。等



熱中症を疑う症状

意識障害の有無

質問をして応答をみる

- ここはどこ？
- 名前は？
- 今何をしてる？

- ★ 応答が鈍い。
- ★ 言動がおかしい。
- ★ 意識がない。
- ★ ペットボトルの蓋を開けることができない。等

あり  
(疑いも含む)

119番通報

すぐに救急車を要請し、同時に体を冷やす等の応急手当を行う。

涼しい場所へ避難、衣服をゆるめて寝かせる。

水分摂取ができるか

できない

### 水分塩分を補給する

- スポーツドリンク  
あるいは経口補水液等を補給する。
- 熱けいれんの場合は食塩を含んだ飲み物や生理食塩水(0.9%)を補給する。



症状改善の有無

改善しない

経過観察  
(当日のスポーツ  
参加はしない。)

### 身体冷却

救急車到着までの間、積極的に体を冷やす。

効果的な冷却方法

- ① 氷水・冷水に首から下をつける。
- ② ホースで水をかけ続ける。
- ③ ぬれタオルを体にあて扇風機で冷やす。

※ 迅速に体温を下げることであれば、救命率が上がります!!



病院へ!

