

学校における熱中症警戒アラート等対応基準

令和5年5月11日改訂

熱中症警戒アラート実施期間 令和5年4月26日(水)から10月25日(水)まで

熱中症の危険性が極めて高くなると予測(暑さ指数が33を超える場合)される際に国民に対し危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとっていただくよう促すため、環境省・気象庁から熱中症警戒アラート発表される情報。

全校にFAX連絡が入る時間の目安

【平日】

市役所開庁日の当日朝に保健体育課が船橋市のホームページで、船橋の観測地点での暑さ指数の予測を確認。暑さ指数(WBGT)31℃以上(予測値)を確認した場合は、当日の9時頃に保健体育課から全校にFAXを送信する。

各学校においては、関係職員に周知し、情報の共有を図る。

【土日祝日】

市役所の閉庁日は保健体育課より連絡はしないが、学校等で活動を行う場合は船橋市のホームページ等で確認する。暑さ指数に応じて、各校で対応を職員に周知する。

※環境省の「LINE アプリを活用した熱中症警戒アラート情報配信」にて早めに情報を得ることをお勧めします。学校での対応として、翌日に予定されている行事の開催可否、内容の変更等に関する判断の参考となります。

学校における熱中症警戒アラートに係る対応について

*FAX送信された暑さ指数 WBGT(予測値)の考え方

・暑さ指数(WBGT)33℃以上 ☞ 活動中止(実測値にかかわらず中止する)

・暑さ指数(WBGT)31℃以上33℃未満

☞ 校庭および体育館等、各学校にて活動する場所で測定した実測値*で、下記の5つの要件を確認し、活動実施の可否を判断する。

活動場所での暑さ指数の実測値*	学校での対応 (各学校にて時間を決めて測定を実施)	熱中症予防運動指針
31℃以上～ 33℃未満	<u>学校判断で屋内外活動を行う場合(特別の場合)</u> ○各学校の随時測定結果、暑さ指数31℃以上33℃未満。 ○下記5つの要件がすべて整っていることを確認。 1. 一時救命措置または熱中症対処に詳しいものがある 2. 救護所設置 3. 救急体制確保 4. 空調の効いた部屋の確保 5. 管理職の許可 ○学校判断で実施する場合は、活動中も随時測定を実施し判断。活動中に33℃以上を超えたときは、活動を中止する。	運動は原則中止 ※特別の場合以外 は中止する。特に 子どもの場合は 中止すべき。
28℃以上～ 31℃未満	○活動中に31℃以上を超えた場合、上記の5つの要件を確認し、活動継続の可否を判断する。	嚴重警戒(激しい 運動は中止)

学校での暑さ指数の測定及び対応について

○暑さ指数を測定したときは「暑さ指数測定記録表」に記録する。

*平日は各時間の測定者を決め、測定する。(特定の職員に任せることがないようにする)

*休日は活動がある場合、活動の責任者が測定し、暑さ指数31℃以上33℃未満の時は、活動につい

て管理職と実施の可否を判断すること。

*熱中症警戒アラート発表時には、暑さ指数の変化に十分留意が必要なため、測定頻度を多くすること。(暑さ指数が高くなる時間帯の傾向は12-14時頃)

○活動する場所で正しく測定する

*正しい測定方法は県「学校における熱中症対策ガイドライン」P4参照

校庭や体育館、プールサイド等、測定場所によっても暑さ指数の測定数値にばらつきがあるため、活動場所で測定すること。

部活動の遠征等(体育的行事も含む)

○外での活動について

- ・部活動では活動場所や責任者の指示に従うこと。
- ・顧問等は熱中症警戒アラート及び活動場所における暑さ指数の数値を責任者から確認すること。

○船橋市での活動について

・船橋市に練習試合等で他校がくる場合は船橋市の対応基準で実施することができるが、千葉県内でも船橋市のルールより厳しくしている市町村があるため、無理強いはいしないこと。事前に説明し、参加校に判断してもらうこと。

学校行事(遠足や校外活動等)

- ・時期を選べるものは暑くなる時期をさけて計画を立てること。
- ・日程変更ができない場合等で暑さ指数が33℃以上で屋外の活動がある場合は、活動内容を変更するなど工夫する。また、学校判断で屋内外活動を行う場合、5つの条件が守れるよう工夫すること。
- ・校外学習において徒歩での移動の場合は、移動中にも暑さ指数の計測・確認をすること。

その他

- ・学校の管理下における熱中症事故は、ほとんどが体育・スポーツ活動によるものであるが、運動部活動以外の部活動や、屋内での授業中、登下校中においても発生しており、また、暑くなり始めや急に暑くなる日等の体がまだ暑さに慣れていない時期、それほど高くない気温(25~30℃)でも湿度等その他の条件により発生していることを踏まえ、暑さ指数31℃未満であっても湿度が高い時などは熱中症になりやすいので、十分注意すること
- ・地域保健課は船橋市だけではなく、千葉県内で熱中症警戒アラートが出た場合に船橋市の防災無線やホームページ・情報メール・ふなっぶ等で速やかに周知するので、どこで出ているのかを確認すること。

熱中症警戒アラートに係るQ&A

Q1) 保健体育課からのFAX通知日と市(地域保健課)からの熱中症警戒アラートの発表日が重ならない日があるのは、なぜか。

A1) 市(地域保健課)では千葉県内で熱中症の危険性が極めて高いと予測される場合(暑さ指数が33を超える場合)に発表されるが、保健体育課では、より現場に即した対応として、船橋の観測地点での暑さ指数の予測値で31℃以上の場合に学校にFAX送信するため。

Q2) これからは、学校で時間を決めて、暑さ指数(WBGT)を測定し、運動実施の有無を判断していくということか。

A2) そのとおり。船橋の観測地点で暑さ指数が31℃以上33℃未満の場合、各学校及び測定時間・場所によっても暑さ指数が異なることから、各学校に設置しているWBGT計で実測値を測定し、活動実施の有無を判断。暑さ指数(WBGT)33℃以上の日は、実測値にかかわらず、活動を中止する。

熱中症予防について

梅雨明けに気温が上昇する時期や身体が暑熱順化していない場合は、熱中症にかかりやすいため注意が必要です。以下のことに気を付け、対応をお願いいたします。

熱中症リスクの高い場面における児童生徒への指導については、熱中症が命に関わる重大な問題であること、発達段階等を踏まえた上で、その危険性を適切に指導しましょう。(児童生徒等同士で互いに水分補給の声掛け等を行うこと、体調不良を感じた場合にはためらうことなく教職員等に申し出ること)

登下校時	<p>水分補給について</p> <p>特に自宅から学校までの距離が遠い場合は途中で必ず水分補給をする。</p> <p>例) ①喉が渇く前に水分補給をするために決まった場所で水分を摂取する。</p> <p>②水筒の中身は水、お茶、スポーツドリンクなど。</p> <p>③水筒は共有できないので、多めに準備してもらおう。</p> <p>服装等について</p> <p>熱中症を予防するための対策を各学校で積極的に検討し実行する。その際、児童生徒の安全と健康を第一に考え、各家庭で準備できる内容とすることが望ましい。</p> <p>例) ①体操服での登下校。薄着になること。</p> <p>②体操服の上をハーフパンツ等から出して着る。</p> <p>③帽子、日傘、もしくは傘をさしての登下校。</p> <p>④クールネック等保冷効果のあるものの使用や持参。</p>
授業中	<p>授業中でも適宜給水タイムを設ける</p> <p>喉が渇いてからでは遅いので、喉が渇く前に水分補給をするよう先生から声掛けすることが望ましい。</p> <p>効果的なエアコンの活用と換気を行う</p> <p>・エアコン使用時には、窓からの過剰な外気取入れを避けるため窓を閉める等、教室内の換気扇を有効活用し、一定の室温を維持しましょう。30分に1回の換気を継続しましょう。</p> <p>服装等について</p> <p>・熱中症を予防するための対策を各学校で積極的に検討し実行する。その際、児童生徒の安全と健康を第一に考え、各家庭で準備できる内容とすることが望ましい。</p> <p>例) ①体操服で授業を受ける。</p> <p>②体操服の上をハーフパンツ等から出して着る。</p> <p>③クールネック等保冷効果のあるものの使用や持参。</p>
運動部活動と体育	<p>○屋外および体育館等での運動時、体育の授業においては、活動前に適切な水分補給を行うとともに、必要に応じて水分や塩分の補給ができる環境を整えること。こまめな水分補給と適切な休養をとること、体調不良者がいないか健康観察を行いましょう。活動中や活動終了後に水分や塩分の補給を行うこと。</p> <p>○熱中症警戒アラート期間中は活動前に暑さ指数(WBGT)を測定する。部活動など長時間に活動する場合は適宜、測定し確認をする。暑さ指数(WBGT)22℃以上で熱中症事例が出ているので数値だけにとらわれず注意する。(熱中症環境保健マニュアル2022 P44～45参照)</p> <p>○体育・スポーツ活動における熱中症予防の原則として、以下の5つがある。</p> <p>①環境条件を把握し、それに適した運動、水分補給を行うこと。</p> <p>・気温が高くなくても湿度が高いと熱中症になりやすい。</p> <p>・水分はこまめに補給をする。<u>運動前に自分の体調を確認するとともに水分を補給するように指示し、本人から言いにくい場合も想定されるので、定期的に給水タイムを設けること。</u></p> <p>②暑さに徐々に慣れていくこと(体が慣れていないため)</p> <p>③個人の条件を考慮すること(体力のない人、肥満の人、暑さに慣れていない人など)</p> <p>④服装に気をつけること(直射日光は帽子で防ぐようにすること、服装は軽装とし、通気性のよいもの)</p> <p>⑤具合が悪くなった場合には申し出をしやすいような雰囲気をつくり、早めに運動を中止し、必要な処置をすること</p>

熱中症発生時の対応

千葉県「学校における熱中症対策ガイドライン」P16 より抜粋

3. 熱中症発生時の対応

<熱中症発生時の応急処置フロー図>

① 観察(熱中症を疑う症状があるか?)

- ◇めまい、失神、四肢の筋や腹筋のけいれん、筋肉痛、筋肉の硬直
- ◇大量の発汗、全身倦怠感、脱力感、めまい、吐き気、嘔吐、頭痛、顔面蒼白
- ◇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
- ◇高体温

あり

② 観察(意識障害の有無を確認)

- ◇ここはどこ? 名前は? 今何をしてる? 等の質問に答えられない。
- ◇意識がない(呼びかけに答えない)
- ◇応答が鈍い、言動がおかしい

応答あり

- 涼しい場所へ避難する
- 衣服を緩める。
- 体を冷やす



応答なし
応答が鈍い

- 涼しい場所へ避難する。
 - 衣服を緩める
 - 積極的に体を冷やし、迅速に体温を下げる
- <冷却方法>
- ・水をかけて体を濡らし、扇風機などで扇ぐ
 - ・水で首の付け根、わきの下、足の付け根など太い血管を冷やす

救急車要請

③ 観察

(自分で水分摂取できるか?)

できる

- スポーツドリンクや食塩水を補給する(塩分・水分補給)

④ 観察

(症状が改善したか?)

改善した

- 安静にして、経過観察する。
- 回復しても、当日の運動は控える

できない

医療機関受診

改善しない

重要ポイント

症状があれば必ず誰かが付き添いましょう