2024年「よくわかる 共栄小 熱中症対策」

共栄小の　安全教育　危機管理対策

令和6年6月(共栄小学校 校長)

今年の夏も猛暑が予想されます。子どもたちの生命を守り，安全で，安心して学校での生活を送ることができるための本校の熱中症対策を紹介します。

1．熱中症とは

高温多湿な場所に長くいることで，少しずつ体内の水分や塩分のバランスが崩れ，体温の調節機能が働かなくなり，体内に熱がこもった状態のことを言います。屋外だけでなく，室内で何もしていないときでも発症し，救急搬送されることや死亡することもあります。

＜症状の例＞
めまい，立ちくらみ，手足のしびれ，筋肉のこむら返り，気分が悪い，頭痛，吐き気，倦怠感，虚脱感　など
＜重症化した場合には＞
いつもと様子が違う，返事がおかしい，意識がなくなる，けいれん，体がとても熱いなど

暑さの感じ方は，人により異なります．
また，その日の体調や暑さへの慣れが影響します。
子どもは，身体の体温調節機能が十分に発達していない場合があるので，特に気を配る必要があります。

教室等の適切な環境を保持するため，窓を広く開け，換気を実施します。

参考資料 「熱中症予防のために」(厚生労働省)

2．熱中症を未然に防ぐために

子どもたちに　次のような指導をしています。

指導の一例

アップデートしていきます

1　こまめに水分補給をする
※暑い日には，児童が水分を補給したのかを，担任等の指導者による確認の徹底をします。喉の渇きがなくても，水分補給をさせます。

2　暑さに身体を慣らす
初めは短時間で，身体に負荷のかからない活動から行う。　健康面の「個別最適な学び」
※全教職員による見守りの徹底をします。

3　体温調節をする
屋外では，帽子をかぶる，薄着になる等，児童自らが判断できるように促しをします。

4　体調不良の時には休養をする
児童が体調管理に関心をもてるように指導。
「体調が良くない時にはどうする」，「登下校時に困ったらどうする」などのケーススタディで指導。
友達への声掛けや手助け　「協働的な学び」

5　マスクの着用～必要に応じて着脱
暑くて息苦しくなった時，運動時には，マスクをはずすよう声掛けをします（個に応じた指導）。

3．学校での取り組み

旭川市教育委員会の指針に基づいて教育活動を行います

令和6年6月6日　北海道新聞記事より

小中熱中症対策 初の指針

市教委が策定

アラートで休校検討

暑さ指数31以上 運動中止に

旭川市教委は昨夏の記録的猛暑を受け，市立小中学校の「熱中症対策ガイドライン」を初めて策定した。道教委のマニュアルに合わせ，上川・留萌管内に「熱中症警戒アラート」が発令された場合，各学校は臨時休校を検討するとした。発令基準を下回っていても，暑さ対策として下校時刻の繰り上げなどを各校で適宜判断する。市教委は教室へのエアコン設置も進める方針だ。

ガイドラインでは各校の動きとして，アラート発令が予想される場合，必要に応じてホームページや一斉メールなどで保護者，児童生徒らに知らせ，随時対応を伝えるなどの例を示した。

日本スポーツ協会が掲げる熱中症予防の指針に沿って，暑さ指数が31以上になれば運動は「原則中止」とするなどの判断基準も改めて提示。各校で指数とこの具体的な対応を事前に決めておき，一定間隔で指数を測るよう求めた。

上川管内では昨夏，各地で最高気温が35度以上となる猛暑日を記録。熱中症警戒アラートは8月23，24日に発令されたが，旭川市内で市立小中学校の臨時休校はなく，全77校のうち23日に60校，24日に44校が下校時刻を繰り上げた。

旭川地方気象台によると，旭川では今年，4月16日に初の夏日を観測し，最高気温が30度以上の日数は，6～8月の3カ月予報では，道内の気温は平年より高くなり，昨年同様，厳しい暑さが見込まれている。

市教委は小中学校のエアコン設置について，保護者や各自治会等の教室では6月末までに完了する予定。普通教室では，児童数が多く，改修が少なく資わ小学校10校で2025年度末までに導入する方向だ。他校でも27年度までに順次整備する予定。エアコン設置までは簡易クーラーと遮熱カーテンで対応する。

市教委は「児童生徒数やエアコンの設置状況などに応じて熱中症予防の対応を判断し，安全を確保したい」としている。（渡辺愛梨）

暑さ指数　熱中症予防のために国が1954年に導入され，気象庁，専用の計測器を用いて気温や湿度，日差しの強さから出する。環境省などは全国約840地点の数値を公表。指数31以上に達すると「熱中症警戒アラート」を発令する。

危機，専用の計測器を用いて気温や湿度，日差しの強さから出する。環境省などは全国約840地点の数値を公表。指数31以上に達すると「熱中症警戒アラート」を発令する。

熱中症予防の指標

暑さ指数	運動の目安	
31以上	原則中止	特に子どもは運動を中止
28~31	厳重警戒	激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける
25~28	警戒	30分おきに休憩を取り、適宜水分・塩分補給
21~25	注意	運動の間に積極的に水分・塩分を補給する
21以下	ほぼ安全	熱中症の危険は少ないが、適宜水分・塩分補給

(注) 日本スポーツ協会の指針より

熱中症予防の指標（暑さ指数）に基づき学習活動を行います。
身体にリスクを伴う際には，学習活動を短縮，中止とします。

【現時点の取組】
☆保健室のエアコン設置・稼働
☆エアコン設置済のパソコン室での学習を実施

【令和6年度の新規の取組】
＜施設設備＞
- 全教室にスポットクーラーと遮光断熱カーテンを設置
- 2階　多目的室のエアコンの設置と稼働
- 大型サーキュレータ（送風機）4台の設置と稼働
- プールの巻き上げ機（風窓）の修理と更新
- 避暑用ホース（打ち水用）の購入
- 黒玉式熱中症指数計の購入

更に充実していく予定です。

児童が可視化できる玄関表示

【お願い】今年も，気象庁・気象台から発出された「熱中症警戒アラート」等の気象情報や警戒情報により，臨時休校の日や下校時刻繰上げの日がありえます。その際には【マチコミメール】でお知らせをします。
学校からの【マチコミメール】を確実に受信できるようご協力をお願いします。

☆ご家庭でお子さんと確認願います。 ※マチコミメールの不具合がございましたら，すぐに学校（担任）に連絡願います。

上記の点について，御質問等がありましたら，共栄小学校　教頭までお願いします。 33－7643