



## 新型コロナウイルス感染症対応中の「熱中症対応」

学校長 山脇 裕

本年度も、新型コロナウイルス感染症対策のためのマスク着用の中で、熱中症が心配される季節となりました。

時には命に関わるような事案が昨年度全国的には発生しておりますので、マスクの着用については、「新型コロナウイルス感染症対策」より「熱中症対策」を優先いたします。

### 【暑さ指数の確認】

- 体育館・グラウンドに一つずつ暑さ指数チェッカーを用意します。
- 授業前・部活動開始前、その他天候が大きく変化した時にチェックを行います。

### 【暑さ指数に応じた授業・部活動上の配慮】

『暑さ指数に応じた注意事項等』を参考に、また、当日の生徒の様子も見ながら対応いたします。適切な休憩や水分・塩分補給、取組場所の変更、取組内容の変更や、場合によっては、取組を中止します。

表1-1 暑さ指数に応じた注意事項等

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安(注1)	日常生活における注意事項(注1)	熱中症予防のための運動指針(注2)
31℃以上	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	運動は原則中止 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合は中止すべき。
28～31℃		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒 激しい運動や持久走は避ける。積極的に休憩をとり、水分塩分補給。体力のない者、暑さになれていない者は運動中止。
25～28℃	中等度以上の生活活動でおこる危険性	運動や激しい作業をする際は定期的に十分に休憩を取り入れる。	警戒 積極的に休憩をとり、水分塩分補給。激しい運動では、30分おきくらいに休憩。
21～25℃	強い生活活動でおこる危険性	一般に危険性は少ないが激しい運動や重労働時には発生する危険性がある。	注意 死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意。運動の合間に水分塩分補給。

(注1) 日本気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.3」(2013)より  
(注2) 日本体育協会「熱中症予防のための運動指針」(2013)より

### 【熱中症予防のための持ち物・服装】

- 体操服での登校及び生活可
- 水分 1日1L以上(体育や運動部の有る場合は1.5L以上。スポーツドリンク可。ただし糖分の取り過ぎには気を付けるようにしてください。)
- 日よけグッズ → 白色キャップ・日傘・アームカバー
- 冷感グッズ → クールタオル(濡らすと冷たくなるタオル)・保冷剤(保冷バッグ)
- 汗対策として着替え・タオルの用意をお願いします。

### 【登下校時の対応】

- 登下校前には必ず水分補給を行うよう指導します。
- 白色キャップを着用する。
- 日よけグッズを使用してもよい。
- ネッククーラー等汗対策・冷感グッズを使用してもよい。
- マスクは着用しなくてよい(他の生徒と適切に距離をとり、大声で話さずに登校する)ただし、感染への不安があり着用したい場合は、熱中症予防を適切に行った上でマスクを着用してもかまいません。

### 【運動時の対応】

- 体育・運動部活動の対応についても、熱中症が心配される場合は、マスクを外してよいように指導します。
- 暑さ指数が31℃以上の場合は、屋外での体育、部活動は中止します。
- 運動中の水分補給を心掛け、無理のない範囲で行います。

### 【エアコン・冷風扇等設備のある教室での対応】

- 授業中は窓・出入口ドアを5～10cmほどは開けておく(全開でなくてよい)
- 休み時間には窓・出入口ドアを全開にし、最低5分はしっかり換気する
- 多目的ホール、武友館、体育館には冷風扇を設置します。  
※エアコンの冷気が直接当たる席は冷えすぎることもあるため、例えば、長袖体操服を着用する等座席・本人の体調によって服装等対応できるようにします。

### 【臨時に授業を行わない措置(学校教育法施行規則第63条)について】

- 明石市教育委員会では、登校時間や在校時間帯の暑さ指数が33℃以上となる予測がされる、または熱中症アラートが発令された場合には、気象警報発令時と同じように、臨時休業措置とする場合があります。その場合は、HP、すぐメール等でお知らせします。