

八王子市立第六中学校 熱中症対策基本方針

1 熱中症予防の基本方針

- (1) 暑い環境によって生じる障害である熱中症は未然に防止ができることや、生徒の健康や生命に甚大な影響を与えることを学校全体で認識する。
- (2) 生徒の健康及び生命を最優先に考え、安全な教育活動を実施するとともに発生時の適切な対応を図る。
- (3) 暑さ指数(WBGT)を確認し、屋外における体育授業や部活動、休憩時間等の活動の可否を判断する。
- (4) こまめな水分補給を促し、適切な休憩時間を確保する。
- (5) 生徒の体調変化を早期に発見する。
- (6) 熱中症事故発生時は、「【別紙1】八王子市立第六中学校 救急 緊急時の体制(基本)」に基づき、迅速かつ適切な対応を行う。

2 屋外活動時の対応(体育授業・部活動・その他校庭遊び等)

- (1) 屋外での活動は、熱中症指数計を活用し環境把握した上で、無理に活動せず自粛するなど実施の可否について判断する。(判断の基準については、「【参考資料2】熱中症予防運動指針」を参考にする。)

<熱中症指数計>

授業日は生活指導部の教員(養護教諭)が出勤後に職員玄関前に熱中症指数計を設置する。10時・14時のWBGTの値を立て看板に表示し、記録をする。退勤時に片付ける。

(※雨天時は故障のおそれがあるため、屋外へ設置しない。)

①体育授業

授業担当者が、職員玄関前に設置された熱中症指数計の数値を授業前に確認する。状況によって活動量や内容を変更する。

②屋外で活動する部活動

●校庭(陸上部・サッカー部・野球部)

屋外の活動時、各部活動顧問が熱中症指数計を各部1台を常に携帯し、暑さ指数(WBGT)を確認しながら活動及び生徒への注意喚起をする。

●テニスコート(テニス部)

熱中症指数計をテニスコートに設置し、部活動顧問が暑さ指数(WBGT)を確認しながら活動及び生徒への注意喚起をする。

③昼休み

昼休みに校庭等屋外で活動する生徒の熱中症予防対策として、13時時点の職員玄関前の熱中症指数計のWBGTの値を副校長又は副校長補佐が確認し、WBGT31℃を超えている場合には、熱中症予防の観点から昼休みに屋外での活動は控えるよう、校内放送をかける。

*アナウンス内容(例)

「生徒のみなさんへお知らせします。ただいま、外の暑さ指数が31℃を超えています。熱中症の危険性が高まるため、昼休みは外での活動は控え、校舎内で過ごしましょう。」

④夏季休業中

- ・日直は10時と14時に校庭及びテニスコートの熱中症指数を計測し、校内放送をかけて注意喚起をする。
- ・各部活動顧問は、活動中は携帯または設置されている熱中症指数計を確認しながら活動及び生徒への注意喚起をする。校内放送が流れたときは指示に従い対応する。

WBGTの計測結果	アナウンス内容(例)
21~25℃	「ただいま、外の暑さ指数が注意レベルとなっています。運動の合間には、積極的に水分・塩分補給をしてください。」
25~28℃	「ただいま、外の暑さ指数が警戒レベルとなっています。熱中症の危険が増すおそれがあるので、積極的に休憩をとり、適宜水分・塩分を補給してください。」
28~31℃	「ただいま、外の暑さ指数が嚴重警戒レベルとなっています。激しい運動は避け、10~20分おきに休憩をとり、水分・塩分を補給してください。」
31℃以上	「ただいま、外の暑さ指数が31℃を超えています。屋外で活動している部活動は運動を中止し、部活動顧問の先生の指示に従ってください。」

⑤熱中症警戒・熱中症特別警戒アラート発表時

気温が著しく高くなることが予想される場合に、前日夕方5時・当日朝5時に気象庁より発表される。

※ 参考 気象庁HP <https://www.wbgt.env.go.jp/alert.php>

●熱中症警戒アラート・・・WBGTが予測値で33℃に達する場合に発表

熱中症警戒アラートが発表された地域は、気温が著しく高くなることにより熱中症による健康被害が生じるおそれがある。WBGTを計測し、適宜「熱中症予防運動指針」に則った対応をとる。

●熱中症特別警戒アラート・・・WBGTが予測値で35℃に達する場合に発表

広域的に過去に例のない危険な暑さ等により、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがある。運動や外出の中止、延期、変更の判断をする。

(2)活動実施における注意点

- ①活動の前後に健康観察を行う。朝食を食べていない場合は、運動活動をさせない。
- ②長時間の活動を避け、積極的に休憩及び水分・塩分補給の時間を設ける。
- ③生徒の顔色や発汗状況を確認し、体調不良が疑われる場合には直ちに活動を中止させる。
- ④活動終了後は、十分にクールダウンをさせ、水分を補給させてから下校させる。

4 日常的な予防対策・指導

- ・登校前に十分な睡眠をとる。 ・朝食を必ず摂る。 ・体調不良時は無理せず教職員へ申し出る。
- ・喉が渇く前に水分補給をする。
- ・登下校時には帽子の着用や日傘等を活用する。 ・運動時は通気性のよいものを着用する。

5 熱中症が疑われる場合の対応 「【参考資料2】熱中症になってしまったら」

主な症状

・めまい ・立ちくらみ ・頭痛 ・吐き気 ・筋肉のけいれん ・倦怠感 ・意識がもうろうとする

➔ ●涼しい場所へ移動する。(日陰や校舎内、冷房の効いた保健室等)

●衣服をゆるめ、首・脇の下・足の付け根を保冷剤や氷水で冷却する。経口補水液を摂取する。

●意識がない、呼びかけへの反応が鈍い、自力で水分補給できない、けいれんなど、1つでも症状が見られればただちに救急車要請(119番通報)をする。

救急 緊急時の体制(基本) 八王子市立第六中学校 令和8年4月

事故現場

- ポイント1: 発見者は ①傷病者を一人にしない ②保健室&職員室への伝令「誰が、どこで、どうした、何が必要かなど」を誰かに依頼する
- ポイント2: 現場で分担して対応する ①傷病生徒の応急処置 ②保護者と病院への電話連絡、救急搬送なら119 ③周囲生徒への対応

担架 設置場所
南校舎西階段 1F 踊り場
体育館ミーティングルーム

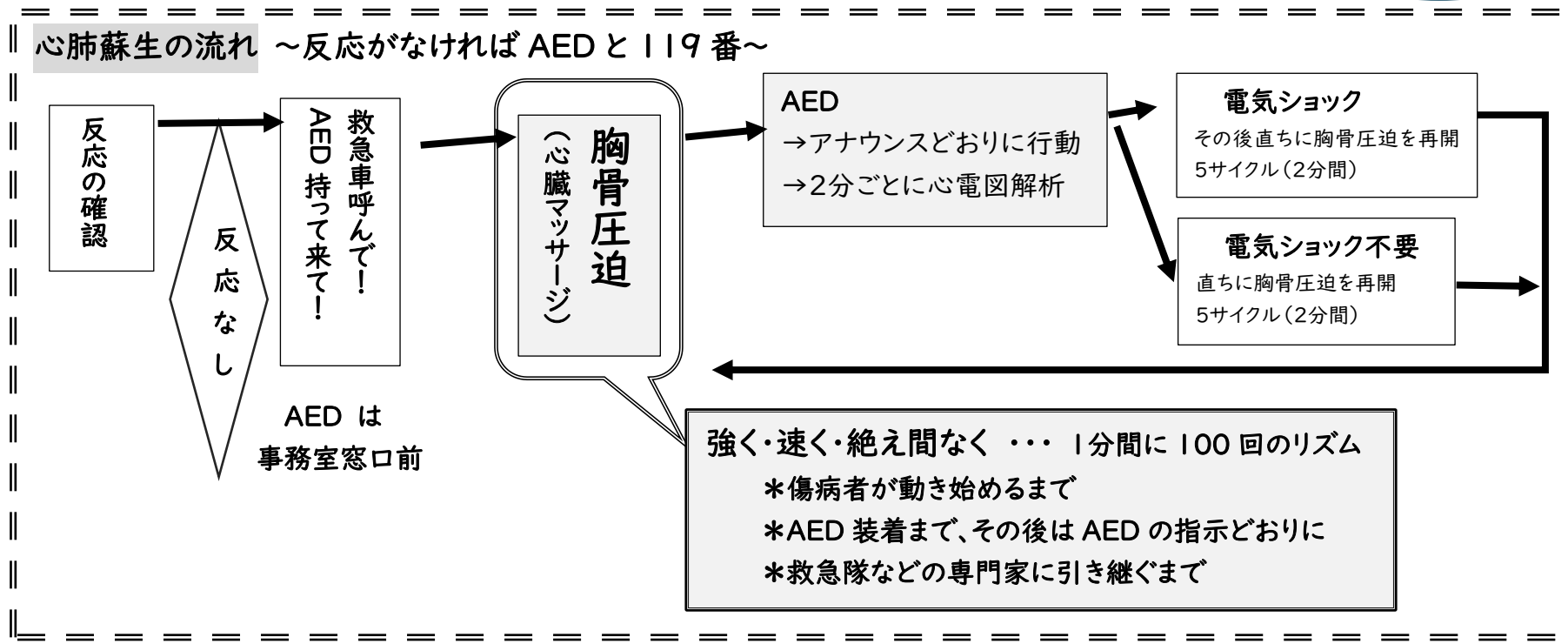
発見者 (教員 A) 傷病者を一人にしない 保健室と職員室へ伝令指示

管理職 (不在の場合 は主幹教諭) リーダーとなり、役割指示 マニュアル、記録セット持参で現場へ その場で記録係を指名

教員 B 養護 必要な物を持参 観察と処置(複数で!) 安心させる声かけ

教員 C (学年教員) 連絡係 保護者へ 医療機関へ(又は救急車要請) *連絡がいたら管理職へ報告

他の教員 周囲生徒への対応 AED、担架 運ぶ 救急車の誘導



<連絡時のポイント>

保護者へ ①冷静に事実を説明 ②救急車を呼ぶ or 受診先の確認 ③保険証と治療費持参の依頼 ④学校若しくは受診先へ来てもらう

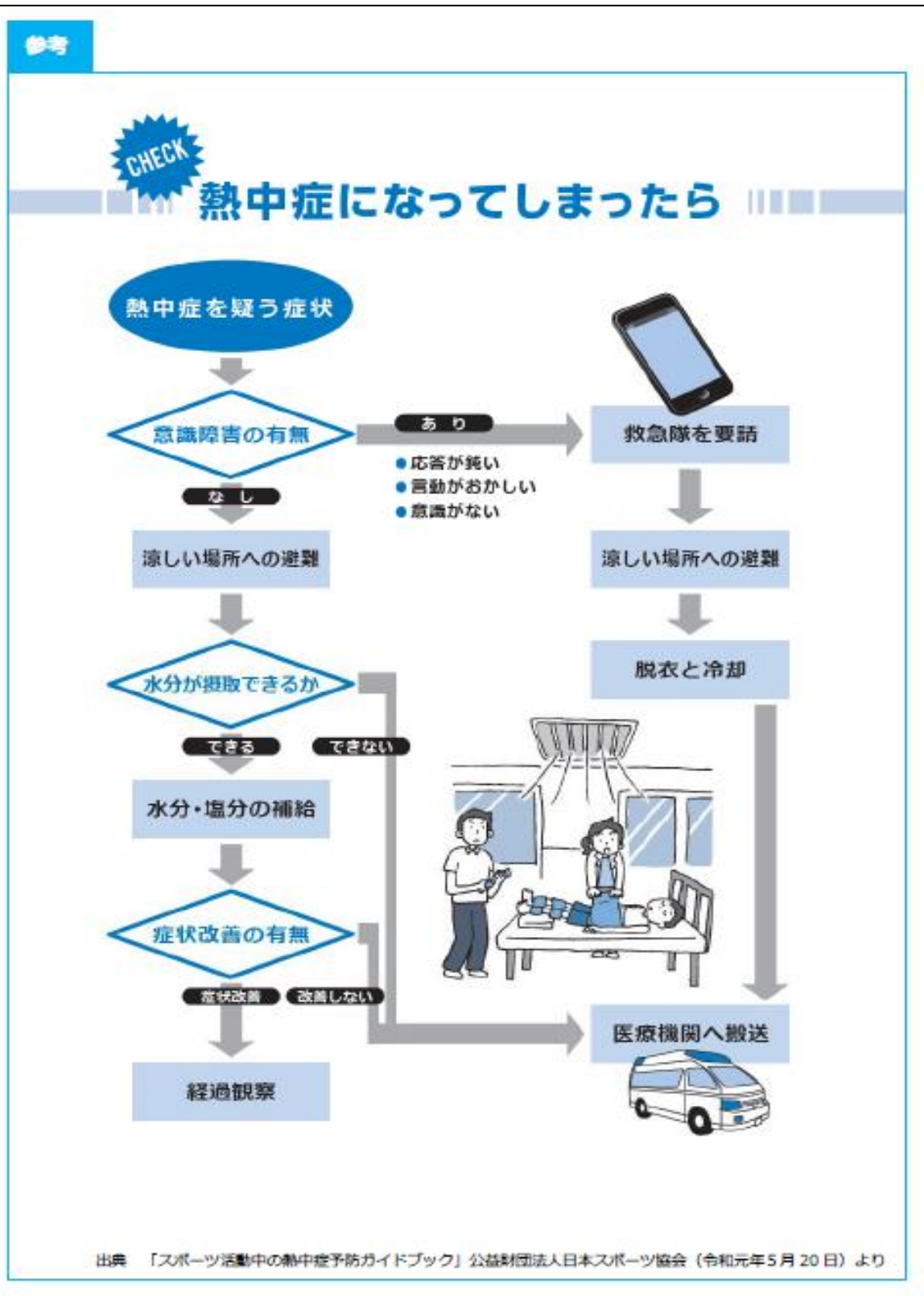
救急車を要請する必要があると判断した場合 119番
*受診先は救急隊が判断するのでこちらで指定できない
→「救急です」「八王子市立第六中学校、上野町97番地 電話042-622-9131」
「いつ、どこで、だれが(年齢、性別)何をしてどうなった」

タクシーで医療機関へ移送する場合
①受診先(医療機関)へ受け入れ可能か問い合わせ
②タクシーを呼ぶ →八王子交通 623-5111 (短縮0054)
③タクシー券は職員室中央キャビネット内レターケースの中 (校長認印2か所必要)
*保護者が一緒の時は使えない、復路で生徒がいなければ使えない 救急のみ 生徒だけで乗車させない

内	岡部クリニック	622-3439	万町123-5
歯	田内歯科医院	621-3323	大横町1-11
耳鼻	八王子北口耳鼻科・皮ふ科	643-3387	旭町8-10 比留間ビル5F
眼	八王子友愛眼科	622-8188	横山町22-3 メディカルタワー八王子5-8F
整形	翔整形外科	686-2325	万町175-1 八王子クリニックビル レッジA棟
脳外	北原ライフサポートクリニック	655-6665	子安町4-7-1 サザンスカイタワー八王子1F
総合	東京医科大学八王子医療センター (特定療養費が必要)	665-5611	館町1163
総合	仁和会総合病院	644-3711	明神町4-8-1

受診時の持ち物 タクシー券 現金 筆記具
保健調査(保健室執務机前のキャビネ1段目)
連絡用具(携帯など)
(スポーツ振興センター書類セット封筒)

事後措置 事故発生状況の掌握と報告:担任(学年)→管理職、生指主任、全職員へ
安全指導:学年→生徒へ 事故報告書:管理職→教育指導課へ
日本スポーツ振興センター手続き:養護教諭
タクシー券利用報告:使用教員→養護教諭へ



参考

熱中症予防運動指針

WBGT ¹⁾	乾球温度 ²⁾	乾球温度 ²⁾	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止すべき。
31	27	35	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、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。10~20分おきに休憩をとり水分・塩分を補給する。暑さに弱い人 [※] は運動を軽減または中止。
28	24	31	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
25	21	28	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
21	18	24	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給は必要である。市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

1) 環境条件の評価にはWBGT(暑さ指数とも言われる)の使用が望ましい。
 2) 乾球温度(気温)を用いる場合には、湿度に注意する。湿度が高ければ、1ランク厳しい環境条件の運動指針を適用する。
 3) 熱中症の発症のリスクは個人差が大きく、運動強度も大きく関係する。運動指針は平均的な目安であり、スポーツ現場では個人差や競技特性に配慮する。
 ※暑さに弱い人: 体力の弱い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など。

出典 「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」公益財団法人日本スポーツ協会（令和元年5月20日）より

