

## 部活動における熱中症対策について

例年になく暑い日が続き、毎日のように熱中症による死亡者や救急搬送のニュースが流れています。そのため、学校部活動では子どもたちの命の安全を考え、以下のように対応いたします。

### 1. 生徒の健康状態の確認

以下の事項について部活動顧問・副顧問等が観察・確認を行い、体調が優れない生徒は部活動に参加させない。

- ・ 顔色
- ・ 睡眠状態（寝不足等）
- ・ 朝食の摂取の有無
- ・ 病的症状の有無（頭痛、咽頭痛、腹痛、めまいなど）
- ・ その他（いつもと様子が違うようなところを聞き取る）

### 2. WBGT（暑さ指数）を9：00、11：00に確認

熱中症予防運動指針に基づき、WBGTが31を越えた時点で部活動を中止とする。

31未満の場合、生徒の様子を観察し、頻繁に休息をとったり水分補給を行ったりしながら部活動を行う。

#### 【参考】

WBGT	熱中症予防運動指針	
31℃ 以上	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。
28℃ 以上	厳重警戒	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。運動する場合には、頻繁に休息をとり水分・塩分の補給を行う。 体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動中止。
25℃ 以上	警戒	熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
21℃ 以上	注意	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。

#### 暑さ指数（WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature）とは・・・

単位は気温と同じ摂氏度（℃）で示されるが、その値は**気温とは異なる**。暑さ指数（WBGT）は人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい①湿度、②日射・輻射（ふくしゃ）など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標。