

登下校時の暑さ対策について

少人数登校実施により暑い時間帯での登下校となります。学校と家庭で十分な対策を講じ、子どもたちの熱中症予防を徹底することができますようご協力をお願いします。

●ご家庭で行っていただきたい対策

<体力を維持する>

- ・自宅学習（休み）や午後登校の日でも、起床時刻は午前登校の日と同じとし、生活のリズムを一定に保ちましょう。
- ・三度の食事で十分な栄養を摂りましょう。特に午後登校の場合は、朝食、昼食でしっかりと栄養補給をしてから登校しましょう。

<効果的な暑さ対策を行う>

- ・涼しい服装、帽子、日がさ、ネッククーラーなど、各家庭で対策をお願いします。

●学校で行う対策

<カバンの軽量化を図ります>

- ・置いて行ってよい物を増やし、子どもたちの負担を軽くするよう努めます。

<健康観察を徹底します>

- ・下校前にも健康観察をし、体調がよくない児童は家庭連絡し、お迎えのお願いをします。

<水分補給を促します>

- ・下校時に教室を出る直前にも水分補給をするよう促します。

<暑さ指数(WBGT 値)が高い日の対策>

- ・塩分タブレットを配るとともに、マスクを外して下校するよう促します。
(マスクを外して帰る場合は、距離を取る、会話を控えるよう指導しますが、ご家庭でもご指導願います)

参考資料

温度基準 (WBGT)	注意すべき 生活活動の目安	注意事項
危険 (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。
嚴重警戒 (28~31) ※1		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25~28) ※2	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息を取り入れる。
注意 (25未満)	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。

※1 28以上31未満、※2 25以上28未満を示します。

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