

平成30年7月26日

保護者 様

佐渡市立新穂中学校
校長 大谷 直治

夏休み中の部活動について（熱中症防止対策のお知らせ）

猛暑の候、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

日頃から当校の教育活動に、温かいご理解とご協力を賜りましたこと、心より感謝申し上げます。

さて、全国的にも猛暑日が続き、各地で熱中症の報告が相次いでおります。当校でも、充分に注意して取り組んでおりますが、特に夏休み中における部活動等において、以下のように対応して取り組むことにしました。

ご家庭でも健康観察に留意いただき、不調の時には無理に参加させない等のご協力をお願いいたします。なにとぞ趣旨をご理解いただきますようご案内申し上げます。

記

I 生徒及び顧問の熱中症を予防するための基本

1 暑さ指数（*、以下WBGT）30℃を超えた場合は、活動を中止する。

*アメリカで熱中症を予防することを目的に提案された指標。湿度、日射・輻射、気温の3つを取り入れたもの。環境省の熱中症予防情報サイトで、1時間毎に両津の観測で確認しながら、新穂中として判断する。

2 WBGT 30℃未満であっても、湿度が高い場合などは無理をさせず、活動を中止する。

3 開始・最中・終了時に健康状態の確認を確実に行う。

4 水分補給（水分・塩分）をこまめに行う。

5 休憩をこまめにする。少なくとも30分に一度は休憩を取る。

6 ランニング・ダッシュの繰り返しはしない。

7 服装に注意し、野外の活動は帽子をかぶって直射日光を防ぐ。等

II 具合が悪くなった時は、運動を中止し、次のような処置をする。

1 涼しい場所へ運ぶ。

2 衣服を緩めて寝かせる。

3 体を冷やす（水をかける、濡れタオルを当てて扇ぐ、氷等で頸部・脇の下・足の付け根を冷やす）。

4 水分・塩分を摂取させる。

5 一度回復しても、その後の活動はさせない。

6 生徒の回復状況を確認してから、下校させる。

7 状況により、家庭連絡を行い迎えを依頼したり、帰宅してからの状況を学校が確認する。

III 次のような場合は救急車を要請する。

1 意識障害がある、けいれんが見られる。38度以上の高体温、ガクガクと引きつけがある場合。

2 水分摂取ができない。

3 水分補給しても改善が見られない。

【担当】

佐渡市立新穂中学校
教頭 風間 広樹

IV その他

1 夏休みの活動中は、半袖体操着は短パンの上に出してよいこととする。

2 猛暑だからこそ、夜更かし等に気をつけて、規則正しい生活を心がける。