

# 令和8年度 熱中症対策ガイドライン

南小国町立南小国中学校

## 1. 熱中症予防のための共通認識

＜熱中症予防の原則＞ 「熱中症を予防しよう ～知って防ごう熱中症～」より

1. 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと
2. 暑さに徐々に慣らしていくこと
3. 個人の条件を考慮すること
4. 服装に気を付けること
5. 具合が悪くなった場合は早めに運動を中止し、必要な処置をすること

## 2. 熱中症対策

### (1) 健康観察・保健指導の充実

- ・生徒の健康状態を把握する。(気兼ねなく体調不良を言い出せる環境・文化の醸成)
- ・服装や水分・塩分の補給、帽子の着用など熱中症予防のための指導を行う。

### (2) 環境条件を把握する

- ・暑さ指数(WBGT)の測定
- ・熱中症警戒アラート、熱中症警戒情報の確認 ⇒ 職員・生徒の共通認識

### (3) 暑さ指数(WBGT)による対応

- ・原則、運動に関しては公益財団法人日本スポーツ協会による「熱中症予防運動指針」に基づいて判断する。
- ・学校行事等に関しては空調設備の有無や換気状況等を十分考慮のうえ、暑さ指数(WBGT)や環境省の「熱中症警戒アラート」等をもとに、実施形式の変更等を積極的に判断する。

【表1 暑さ指数に応じた注意事項等】

| 気温         | 暑さ指数<br>(WBGT) | 熱中症予防運動指針              |  | 学校行事等  |
|------------|----------------|------------------------|--|--|
| 35℃<br>以上  | 31℃<br>以上      | 運動は原則<br>中止            | ・特別の場合以外は運動を中止する。<br>・特に子どもの場合は中止すべき。  | ・空調のない場所での集会等は原則中止<br>※放送やリモート等、実施形式を変更                                  |
| 31～<br>35℃ | 28～<br>31℃     | 嚴重警戒<br>(激しい運<br>動は中止) | ・熱中症の危険性が高いので、激しい<br>運動や持久走など体温が上昇しや<br>すい運動は避ける。<br>・10～20分おきに休憩をとり、水<br>分・塩分を補給する<br>・暑さに弱い人※は運動を軽減また<br>は中止 | ・空調のない場所での集会等については<br>十分配慮する。場合によっては放送や<br>リモート等、実施形式の変更や活動時<br>間の短縮等を行う |

参考：(公財)日本スポーツ協会「スポーツ中の熱中症予防ガイドブック」(2019)

### (4) 熱中症特別警戒情報発令時(令和6年度創設)

現行の「熱中症警戒アラート」に加え、熱中症対策を一層強化するため、新たに法定化された制度で令和6年度から運用が開始された。特に新設された「熱中症特別警戒情報」が発表された場合は、広域的に過去に例のない危険な暑さであり、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあることから、小・中学校における学校教育活動や体育授業等(保健分野は除く)についても、身体的活動を伴う内容を変更して学習を行うこととする。

なお、中学校においては、すべての運動部活動を原則中止とする。

## 3. 保護者及び地域との連携

このガイドラインを保護者及び地域住民に周知するとともに、登下校時や休日(長期休業日を含む)等における熱中症対策について連携を図ること。