



7月13日の夕焼け

翌日の暑さを予感

令和8年

7月14日(第11号)

学校長 村松 章史



学校での熱中症対策

ご理解とご協力をお願いします。

猛暑が続いています。本校でも生徒たちの安全を第一に考え、右記の指標(「山梨県・学校における熱中症対策ガイドライン」より)を基に活動を行っています。

右記指標内★について

- ★1：全ての人が熱中症対策を実施できない場合は運動の中止やイベントの延期等を判断
- ★2：涼しい場所以外では運動を中止
- ★3：特別の場合とは医師や看護師、救急救命講習受講者のいずれかの常駐や救護所の設置、救急搬送体制を講じた場合。涼しい屋内で運動する場合

表 2-1 暑さ指数(WBGT)に応じた注意事項等

暑さ指数(WBGT)	注意すべき活動の目安	日常生活における注意事項	熱中症予防運動指針
35以上	熱中症特別警戒アラート発表 いのちを守る行動を取る★1 (令和6年4月24日から運用)		
33以上	熱中症警戒アラート発表 運動中止★2		
31以上	すべての生活活動でおこる危険性	外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。	運動は原則中止★3 特別の場合以外は運動を中止する。
28～31		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	厳重警戒(激しい運動は中止) 熱中症の危険性が高いので、激しい運動や長距離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・塩分の補給を行う。暑さに弱い人は運動を軽減または中止。
25～28	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、定期的に充分に休憩を取り入れる。	警戒(積極的に休憩) 熱中症の危険度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。
21～25	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。	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。

(★1～★3の詳細は次頁)

(出典：環境省夏季のイベントにおける熱中症対策ガイドライン 2020 を一部改変)

本校では、上記のガイドラインを基に、定期的にグラウンド・体育館・テニスコート・プール等の「暑さ指数」を計測し、授業や部活動等が安全な環境で実施できるかどうか確認・判断しています。計測の結果、「指数」が次の数値を示した場合・・・

- 31以上の場合**：運動を中止し涼しい場所での水分補給と15分間の休憩。再度「暑さ指数」を計測
- 28～31の場合**：激しい運動はせず、20分間隔で水分補給と5分間の休憩。再度「暑さ指数」を計測
- 25～28の場合**：積極的に休憩を取る。30分間隔で水分補給と3分間の休憩。再度「暑さ指数」を計測 することとしています。

また、活動が可能な指数内であっても、生徒たちの健康観察を実施し、体調やその日の疲れの程度、教員の指導体制を基に、活動中止とする場合もあります。

なお、前日に特別警戒アラートや警戒アラートが発出された場合でも、午前中等、十分に活動できる場合もあることから、事前に中止や延期を判断することは困難ですので、生徒の登校後、状況によって部活動等を中止する判断をせざるを得ないことがあります。

ご家庭におかれましては、暑い時期の生徒たちの体調を観察していただき、体調が不十分なときや寝不足のとき、食欲がないとき、朝食を食べていないときなどは、運動を控えるように声かけをしていただくと共に、土日や夏季休業中の部活動においては不参加も検討していただくなど、家庭内でのご指導をお願いいたします。