

「熱中症事故の予防」について

—未然防止の取組の徹底を！—

暑さに慣れていないこの時期には、それほど高温でなくても、熱中症に要注意！具体的な対策を全教職員で共有し、未然防止を！

熱中症事故の予防に関する留意点！

- ☆ 活動前後の健康観察に留意するとともに、活動中の児童生徒等の様子や健康管理に十分気を配り、体調の急変やその兆候を見逃さない。
- ☆ 野外での活動においては、テント等を利用し、日陰の確保に努めるとともに、帽子を着用したり、こまめに水分補給を実施したり、紫外線対策にも配慮すること。
- ☆ 炎天下での登下校についても、帽子を必ず着用させるなど十分配慮すること。
- ☆ 校内の緊急連絡方法についても再確認をしておくこと。

起こりやすい条件

- 高温 多湿 肥満
- 脱水状態 風が弱い
- 過度の着衣
- 暑さに不慣れ
- 体調不良等
- 熱を発生する環境等

予防のポイント5

- ①直射日光の下での長時間の運動・作業を避ける。
- ②屋外では、帽子を着用し、薄着で運動や作業を行う。
- ③こまめな水分補給を行う。
- ④疲労等の状況を常に把握するよう努める。
- ⑤不調を感じたら申し出る習慣をつける。

分類	症状	診断
I 度	めまい・失神、筋肉痛・筋肉の硬直、手足のしびれ・気分の不快	熱失神 熱けいれん
II 度	頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感	熱疲労
III 度	II度の症状に加えて、 意識障害・けいれん・手足の運動障害 高体温、肝機能障害、腎機能障害、血液凝固障害	熱射病



※児童生徒の様子を確認して、少しでも意識がおかしい場合には、病院への搬送が必要です！