

久御山町における熱中症対策ガイドライン

令和 6 年 7 月（改訂）

久御山町教育委員会

【目 次】

1	はじめに	… 1
2	熱中症警戒アラートの対応について	… 1
3	熱中症特別警戒アラートの対応について	… 2
4	熱中症対策チェックリストの活用	… 3
	（１）日頃の環境整備等	… 3
	（２）児童生徒等への指導等	… 4
	（３）活動中・活動直後の留意点	… 4
5	熱中症予防の原則	… 5
6	熱中症発生時の対応	… 5
7	熱中症の重症度（救急搬送の必要性）を判断するポイント	… 6
<資料>		
	熱中症予防運動指針	… 7
	暑さ指数（WBGT）に応じた対応判断および教職員役割分担の例	… 8
	熱中症の応急処置	… 9

1 はじめに

学校管理下において熱中症事故の発生を未然に防ぐためには、教職員が的確に判断し、円滑に対応できるよう、教職員の役割を明確にし、児童生徒等の安全を確保する体制を確立するために必要な事項を全教職員が共通して理解しておくことが大切です。

今後、各学校・園において、熱中症警戒情報（熱中症警戒アラート）及び熱中症特別警戒情報（熱中症特別警戒アラート）発表時の対応、危機管理マニュアルの見直し・改善、熱中症予防に係る校内教職員研修、児童生徒等への熱中症予防に関する指導等に、本ガイドラインを参考にしてください。

2 熱中症警戒アラートの対応について

（1）熱中症警戒アラート

⇒熱中症による人の健康に係る被害が生ずる恐れがある場合に発表

発表基準…府県予報区等内のいずれかの暑さ指数情報提供地点における、日最高暑さ指数（WBGT）が33に達すると予想される場合

※暑さ指数情報提供地点 間人、宮津、舞鶴、福知山、美山、園部、京都、京田辺

発表時間…前日17時頃及び当日5時頃（各校園に、FAXで知らせます）

（2）発表時の学校・園の対応

ア 前日17時頃の発表の対応例

（ア）熱中症警戒アラートが発表されたことを全教職員で共有

（イ）翌日の対応の検討と全教職員での共通理解

- ・登下校の仕方について
- ・教育活動の実施について
- ・児童生徒等への指導内容の確認について
- ・涼しく過ごせる環境の確保、経口補水液・冷却用水等の確保

（ウ）熱中症対策チェックリスト（P3、4）「（1）日頃の環境整備等」「（2）児童生徒等への指導等」の活用

イ 当日5時頃の発表以降の対応例

（ア）熱中症警戒アラートが発表されていることを全教職員で共有

（イ）教育活動への対応の検討と全教職員での共通理解

（ウ）熱中症対策チェックリスト（P4）「（2）児童生徒等への指導等」「（3）活動中・活動直後留意点」の活用

（エ）暑さ指数（WBGT）は環境によって異なるため、活動場所における暑さ指数（WBGT）の測定

（オ）校・園長は、適切な熱中症対策が取られているかを確認

（カ）適切な熱中症対策の確認が取れない場合は、教育活動の中止、延期、変更等を判断

3 熱中症特別警戒アラートの対応について

(1) 熱中症特別警戒アラート

⇒過去に例のない広域的な危険な暑さを想定し、熱中症による人の健康に係る被害が生ずる恐れがある場合に発表

発表基準…都道府県内において、全ての暑さ指数情報提供地点における、翌日の日最高暑さ指数（WBGT）が 35 に達すると予想される場合

発表時間…前日 14 時頃

(2) 各学校・園への連絡体制

ア 平日の対応

熱中症特別警戒アラート発表時のみ、教育委員会から各校・園長宛にメール配信します。

イ 土・日・祝日の対応

教育委員会からの連絡は、行いません。土・日・祝日の活動担当者が、京都府及び環境省のホームページ等により確認してください。

(3) 発表時の小中学校の対応

各校より、保護者等へ翌日の臨時休業等について連絡してください。

ア 授業日の場合 『臨時休業』とします。

イ 夏季休業日及び土日祝日の場合

学校行事・部活動等の教育活動は『中止』とします。

ウ 中学校の部活動における大会については、主催者の判断に従うものとします。

(4) 発表時の仲よし学級の対応

ア 授業日の場合 学校の対応と同様に『臨時休業』とします。

イ 夏季休業日及び土曜日の場合 通常どおり、開設します。

※保護者は、仲よし学級まで必ず送迎。児童のみの登下校は禁止。

(5) 発表時のこども園の対応

ア 前日 14 時頃の発表の対応例

(ア) 熱中症特別警戒アラートが発表されたことを全教職員で共有し、過去に例のない危険な暑さであることを踏まえ、翌日の対応の検討と全教職員での共通理解

(イ) 熱中症対策チェックリスト（P3、4）の「(1) 日頃の環境整備等」「(2) 児童生徒への指導等」の活用

イ 当日の対応例

(ア) 暑さ指数（WBGT）は環境によって異なるため、活動場所における暑さ指数（WBGT）の測定

(イ) 測定結果を全教職員で共有

(ウ) 教育活動への対応の検討と全教職員での共通理解

(エ) 園長は、活動場所における全ての人が熱中症対策を徹底できているかを確認

- (オ) 熱中症対策チェックリスト（P3、4）の「（１）日頃の環境整備等」「（３）活動中・活動直後の留意点」の活用
- (カ) 活動場所の全ての人が熱中症対策を徹底できない場合は、教育活動の中止、延期、変更等を判断
- (キ) 過去に例のない危険な暑さ等となり、人の健康に係る重大な被害が生じるおそれがあるため、涼しい環境以外では、原則運動は行わない等の対策の徹底
- (ク) 教育委員会へ対応について報告（計画段階と実施後）

4 熱中症対策チェックリストの活用

熱中症警戒アラート及び熱中症特別警戒アラートが発表された時だけでなく、日頃から、本チェックリストを活用し、熱中症事故予防に努めることが大切です。

（１）日頃の環境整備等

☐	活動実施前に活動場所における暑さ指数等により、熱中症の危険度を把握できる環境を整える
☐	危機管理マニュアル等で、活動中止の基準と判断者及び伝達方法を予め定め、関係者間で共通理解を図る
☐	熱中症事故防止に関する研修等を実施する（全ての者が、共通認識を持つ）
☐	暑さに慣れるまでの順化期間を設ける等、暑熱順化（体を暑さに徐々に慣らしていくこと）を取り入れた無理のない活動計画とする
☐	活動中やその前後に、適切な水分等の補給や休憩ができる環境を整える
☐	熱中症発生時（疑いを含む）に速やかに対処できる体制を整備する
☐	熱中症事故の発生リスクが高い活動の実施時期・活動内容の調整を検討する
☐	運動会、遠足及び校外学習等の各種行事、部活動の遠征など、指導体制が普段と異なる活動を行う際には、事故防止の取組や緊急時の対応について事前に確認し、児童生徒とも共通認識を図る
☐	保護者に対して、活動実施判断の基準を含めた熱中症事故防止の取組等について、情報提供を行い、必要な連携・理解醸成を図る
☐	室内環境の向上を図るため、施設・設備の状況に応じて、日差しを遮る日よけの活用、風通しを良くする等の工夫を検討する
☐	学校施設の空調設備を適切に活用し、空調の設備状況に差がある場合には、活動する場所の空調設備の有無に合わせた活動内容を検討する

(2) 児童生徒等への指導等

☐	暑い日は、こまめに水分を補給し、休憩をとるよう指導する（30分に1回）
☐	自分の体調に気を配り、不調が感じられる場合には、ためらうことなく教職員に申し出るよう指導する
☐	暑い日には、帽子、日傘等により日差しを遮るとともに、通気性・透湿性の良い服装を選ぶよう指導する（クールタオル、クールリング等も検討）
☐	マスクの着用に当たっても、熱中症事故の防止に留意する
☐	運動等を行った後は十分にクールダウンするなど、体調を整えたうえで、その後の活動（登下校を含む）を行うよう指導する
☐	運動の際には、気象情報や活動場所の暑さ指数（WBGT）を確認し、無理のない活動計画を立てる
☐	児童生徒等同士で、水分補給や休憩、体調管理の声をかけ合うよう指導する
☐	校外学習や部活動の遠征など、普段と異なる場所等で活動を行う場合は、事故防止の取組や緊急時の対応について事前に教職員等と共通認識を図る
☐	登下校中もできるだけ単独行動は短時間にして、リスクを避けることを指導する

(3) 活動中・活動直後の留意点

☐	暑さ指数等により活動の危険度を把握するとともに、児童生徒等の様子をよく観察し、体調の把握に努める
☐	体調に違和感がある際には、申し出やすい環境づくりに留意する
☐	児童生徒等の発達段階によっては、熱中症を起こしていても「疲れた」等の単純な表現のみで表すこともあるので注意する
☐	熱中症発生時（疑いを含む）に速やかに対処できる指導体制をとる ※重度の症状（意識障害やその疑い）があれば躊躇なく救急要請・全身冷却・状況により AED も使用
☐	活動の指導者は、児童生徒等の様子やその他状況に応じて活動計画を柔軟に変更する（運動強度の調整も考えられる）
☐	運動強度・活動内容・継続時間の調節は、児童生徒等の自己管理のみとせず、指導者等が把握し適切に指導する
☐	特に熱中症リスクが高い状況では、児童生徒等の分散した行動に注意する
☐	運動を行った後は、クールダウンをしてから移動したり、次の活動（登下校を含む）を行うことに注意する

5 熱中症予防の原則

(1) 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行う

- ・気温が高い時ほど、また同じ気温でも湿度が高い時ほど、熱中症の危険性は高く、環境条件の指標は、暑さ指数（WBGT）で把握することが望ましい。
- ・暑い時期の運動は、なるべく涼しい時間帯にするようにし、休憩を頻繁に入れるようにする。激しい運動では、休憩は、30分に1回以上取ることが望ましい。
暑い時には、30分に1回程度休憩を取り、水分補給をこまめに行う。汗をたくさんかく場合は、塩分の補給（0.1～0.2%程度の食塩水）も必要となる。経口補水液やスポーツドリンク等の利用も有効である。

(2) 暑さに徐々に慣らしていくこと

- ・急に暑くなった時は、運動を軽くし、暑さに慣れるまでの数日間は、休憩を多く取りながら、軽い短時間の運動から徐々に運動強度や運動量を増やしていく

(3) 個人の条件を考慮すること

- ・学校で起きた熱中症死亡事故の7割は、肥満傾向の人に起きている。この他にも、体力の低い人、暑さに慣れていない人、体調の悪い人、一度でも熱中症を起こしたことのある人などは、注意が必要である。

(4) 服装に気をつけること

- ・暑い時は、服装は軽装とし、吸湿性や通気性の良い素材のものが適切であり、直射日光は、帽子、日傘等で防ぐようにする。
- ・運動時に身につけるプロテクターや防具等の保護具は休憩時に外すか、緩めるなどし、体の熱を逃がすようにする

(5) 具合が悪くなった場合には、早めに運動を中止し、必要な処置をすること

- ・学校、園生活の中で具合が悪くなった場合は、すぐに活動を中止し、風通しの良い日陰や、できればクーラーが効いている室内等に避難させる。

6 熱中症発生時の対応

熱中症が疑われる時には、放置すれば死に至る緊急事態であることをまず認識する。重症の場合には救急車を呼び、現場ですぐに冷却する必要がある。

また、緊急事態に迅速かつ的確に応急措置を講じるため、「教職員の役割分担を定め、全員が理解しておくこと」、「緊急連絡先を確認しておくこと」、「応急手当や救命措置等に関する講習を行う」など、校内体制の確立に努める。

(1) 涼しい場所への避難

- ・クーラーが効いている室内、なければ風通しの良い日陰などに避難させる。

(2) 脱衣と冷却

- ・可能な限り衣服を脱がせて、体からの熱の放散を助ける。

- ・露出させた皮膚に濡れタオルや水をかけて、うちわや扇風機などであおぐ。
- ・首やわきの下、足の付け根などの太い血管を氷などで冷やし、血液の温度を速やかに下げる。
- ・足を高くして、心臓に血液を送る。

(3) 水分・塩分の補給

- ・冷たい水を与える。大量の発汗があった場合には、経口補水液やスポーツドリンクが最適である。食塩水（1リットルの水に1～2グラムの食塩）も有効である。

7 熱中症の重症度（救急搬送の必要性）を判断するポイント

- (1) 意識がしっかりしているか？（呼びかけに応えるか？）

※ 呼びかけへの反応が悪い場合には、無理に水を飲ませない

- (2) 水を自分で飲めるか？

- (3) 症状が改善したか？

※ 搬送時、応急措置の際は、必ず誰かが付き添うこと

※ 倒れたときの状況を知っている大人がいれば、付き添って、医療機関へ発症時の状態を伝える

暑さ指数 (WBGT)	湿球 温度	乾球 温度	注意すべき 活動の目安 (※1)	日常におけ る注意事項 (※1)	熱中症予防運動指針(※2)
35 以上	熱中症特別警戒アラート ※全ての暑さ指数情報提供地点における、暑さ指数(WBGT)が35以上				
33 以上	熱中症警戒アラート発表 ※いずれかの暑さ指数情報提供地点における、暑さ指数(WBGT)が33以上				
31以上	27℃以上	35℃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 特別の場合以外は運動を中止 する。 特に子どもの場合は中止すべ き。
28～31	24～27℃	31～35℃		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、 激しい運動や持久走など体温 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・塩分を補給する。 暑さに弱い人(※3)は運動を 軽減または中止。
25～28	21～24℃	28～31℃	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 休憩を取り 入れる	警戒(積極的に休憩) 熱中症の危険が増すので積極 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分おきぐ らいに休憩をとる。
21～25	18～21℃	24～28℃	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。

図6 熱中症予防運動指針(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)

(※1) 日本生気象学会「日常生活における熱中症予防指針 Ver.3」(2013)より

(※2) 日本スポーツ協会「熱中症予防運動指針」(2019)より、同指針補足 熱中症の発症の
リスクは個人差が大きく、運動強度も大きく関係する。

運動指針は平均的な目安であり、スポーツ現場では個人差や競技特性に配慮する。

(※3) 暑さに弱い人: 体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

W B G T	湿球温度 ℃	乾球温度 気温 ℃	分類	管理職	学校行事等の責任者	担当者 (学級担任、教科担任、 部活動顧問等)
31	27	35	ア 屋内外で身体を動かす活動 体育大会、球技大会、校外活動、合宿、運動部活動、体育授業等	○ 原則中止（休止、延期、プログラム変更等を含む）を検討し、指示 (体育授業は、活動場所及び内容の変更)	① 児童生徒等の健康状態の情報収集 ② 会場の環境状態の把握 ③ 行事等の中止について管理職に判断を仰ぐ	① 活動の一旦休止を指示 ② 児童生徒等の健康状態の把握 ③ 会場の環境状態の確認
			イ 屋内の活動 始業式、終業式、全校集会、講演会等	○ 原則実施形式の変更もしくは中止を検討し指示 例：放送等による教室での視聴	① 児童生徒等の健康状態の把握 ② 会場の環境状態の把握 ③ 実施形式の変更もしくは中止について管理職に判断を仰ぐ	④ 学校行事等の責任者に報告
			ア 屋内外で身体を動かす活動 イ 屋内の活動	○ 原則活動時間の短縮等（環境の変化(※)を含む。）	① 児童生徒等の健康状態の把握 ② 会場の環境状態の把握 ③ 活動時間の短縮等について管理職に判断を仰ぐ	① 児童生徒等への体調把握・管理を指示 ② 児童生徒等の健康状態の観察 ③ 会場の環境状態の確認 ④ 学校行事等の責任者に報告
28	24	31	ア 屋内外で身体を動かす活動 イ 屋内の活動	○ 状況把握に努め適宜必要な指示	① 暑さにより体調不良の児童生徒等がいれば状況を把握 ② 会場の環境状態の把握 ③ 状況を管理職に伝える	① 児童生徒等への体調把握・管理を指示 ② 児童生徒等の健康状態の観察 ③ 会場の環境状態の確認 ④ 学校行事等の責任者に報告
25	21	28				
21	18	24				

(※) 環境の変化の例

- ・スプリンクラーの活用等により、グラウンドの温度を下げる。
- ・プールの水温が高い場合は、オーバーフローを行う等、水温を下げる。

図11 暑さ指数（WBG T）に応じた対応判断および教職員役割分担の例

（神奈川県教育委員会：神奈川県立学校熱中症予防ガイドライン2019）

熱中症を疑う場合の応急処置

熱中症の応急処置

もし、あなたのまわりの人が熱中症になってしまったら……。落ち着いて、状況を確認してから対処しましょう。最初の措置が肝心です。

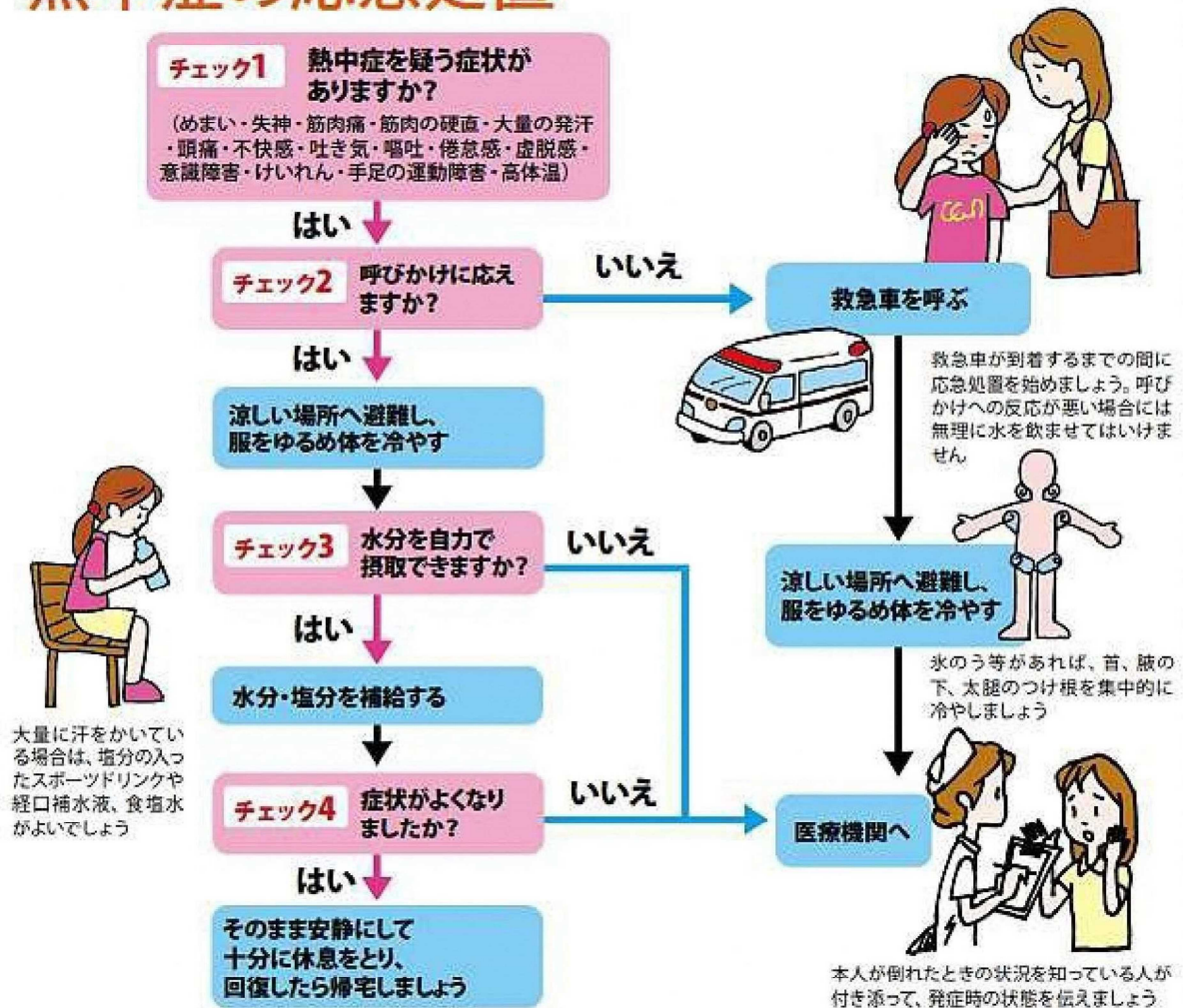


図3-10 熱中症が疑われる緊急時の応急措置

図13 熱中症の応急処置（環境省：熱中症環境保健マニュアル2022）