

令和4年7月5日

保護者 様

上里町立賀美小学校長

### 熱中症警戒アラート発表時の対応について（お知らせ）

梅雨明けの候、保護者の皆様には益々御健勝のこととお喜び申し上げます。日頃から本校の教育活動に御理解御協力をいただき感謝申し上げます。

さて、過日、関東地方の梅雨明けが発表され、いよいよ本格的な夏の到来が予想されます。そこで、令和3年度から全国で運用が開始された「熱中症警戒アラート」が発表された時の賀美小学校の対応について下記のとおりお知らせします。

#### 記

#### 1 発表の把握と御家庭への連絡について

17時発表の熱中症警戒アラート予報を確認し、対応を検討します。緊急の対応が必要な場合、マチコミで連絡することもあります。

#### 2 熱中症警戒アラートが発表された時の対応

校庭・体育館・プールでの運動は、**原則、中止**にします。

※賀美小学校の校庭では右の測定器で「暑さ指数（WBGT）」を測定しています。計測した結果が31未満の場合、熱中症警戒アラートが発表されていても、水分補給や休息の頻度を高める、活動時間を短縮する等の安全の配慮をした上で運動をする場合もあります。



#### 3 その他

夏季につきましては、暑さ指数(WBGT)が低くても、体育での活動状況を注視し、危険が察知される場合は授業を途中で中止したり、時間割を変更したりします。また、下校時の暑さ指数(WBGT)の状況によっては児童を学校に留め置いたり、保護者様への引き渡しをお願いしたりすることがありますので御了承ください。

裏面はリーフレット「熱中症警戒アラート発表時の予防行動」です。

# 熱中症

## 警戒アラート

### 発表時の予防行動

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の前日夕方または当日早朝に都道府県ごと<sup>(注)</sup>に発表されます。  
発表されている日には、外出を控える、エアコンを使用する等の、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。

※北海道、鹿児島、沖縄は府県予報区単位



### 外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう

- 熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要です。
- 昼夜を問わず、エアコン等を使用して部屋の温度を調整しましょう。
- 不要不急の外出はできるだけ避けましょう。



### 熱中症のリスクが高い方に声かけをしましょう

- 高齢者、子ども、持病のある方、肥満の方、障害者等は熱中症になりやすい方々です。これらの熱中症のリスクが高い方には、身近な方から、夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう、声かけをしましょう。



### 熱中症警戒アラート発表時の予防行動

#### 普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう

- のどが渇く前にこまめに水分補給しましょう。  
(1日あたり1.2Lが目安)
- 涼しい服装にしましょう。



- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は適宜マスクをはずしましょう。

#### 外での運動は、原則、中止／延期をしましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)に応じて屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期をしましょう。



#### 暑さ指数(WBGT)を確認しましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)を行動の目安にしましょう。
- 暑さ指数は時間帯や場所によって大きく異なるため、身の回りの暑さ指数を環境省熱中症予防情報サイトや各現場で測定して確認しましょう。

※環境省熱中症予防情報サイト：<https://www.wbgt.env.go.jp/>



#### 熱中症とは

熱中症とは、暑い環境で体温の調整ができなくなった状態で、めまいや吐き気、頭痛、失神等様々な症状をきたし、最悪の場合は死に至る疾患です。誰でもなる可能性があり、運動中だけでなく、室内でも起こります。日頃からしっかりと予防するようにしましょう。

#### 暑さ指数(WBGT)とは

暑さ指数(WBGT)とは、気温、湿度、輻射熱(日差し等)からなる熱中症の危険性を示す指標で、「危険」「嚴重警戒」「警戒」「注意」「健康安全」の5段階があります。段階ごとに熱中症を予防するための生活や運動の目安が示されていますので、日常生活の参考にしましょう。

「熱中症警戒アラート」は環境省のLINE公式アカウントで確認することができます。

友達追加はこちら



環境省 熱中症 検索



より詳しい情報は…

環境省：<https://www.wbgt.env.go.jp/>

気象庁：<https://www.jma.go.jp/jma/ishou/know/kurashi/netsu.html>



環境省  
気象庁