

## 本校における屋外活動での熱中症対応について

日頃より保護者の皆様には本校の教育活動にご協力いただきありがとうございます。

梅雨明けも間近となり、夏休みから9月にかけて熱中症が心配されております。本校では江戸川区の熱中症対応に基づき、生徒の健康を守りながら以下のように安全に配慮し、屋外での活動を行ってまいります。ご理解・ご協力の程、よろしく願いいたします。

### 1 屋外活動の実施について（区からの通知）

#### (1) 屋外における運動を伴う活動【危険（運動は原則中止）】

- ①環境省「熱中症警戒アラート」が「東京都」に発表されている場合
- ②暑さ指数(WBGT)が観測地点「江戸川臨海」で**危険(31以上)【赤色】**と発表の場合
- ①②両方が発表されている場合、屋外で運動を伴う活動はすべて中止する。

#### (2) 屋外における運動を伴う活動【厳重警戒（激しい運動は中止）】

- ①環境省「熱中症警戒アラート」が「東京都」に発表されている場合
- ②暑さ指数(WBGT)が観測地点「江戸川臨海」で**厳重警戒(28以上31未満)【橙色】**の場合
- ①②両方が発表されている場合、屋外で運動を伴う活動は一部中止する。
  - ・激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は中止する。
  - ・休み時間、屋外の部活動は日陰等で10～20分おきに休憩をとり適宜水分補給を行いながらの実施は可とする。

#### (3) 十分に配慮しながら屋外における運動を伴う活動の実施【警戒（積極的に休憩）】

- ①環境省「熱中症警戒アラート」が「東京都」に発表されている場合
- ②暑さ指数(WBGT)が観測地点「江戸川臨海」で**警戒(25以上28未満)【黄色】**の場合
- ①②両方が発表されている場合、屋外で運動を伴う活動は、日陰等で30分おきに休憩をとり、適宜水分補給を行いながら実施する。

(1)(2)(3)について、エアコン設備が整った屋内での運動は可とする。

### 2 生徒の熱中症対策について

#### (1) 水筒持参について

- ・中身は、水・お茶（麦茶）・スポーツドリンクとする。
- ・衛生上、他人の物を飲まない。
- ・水筒には記名をする。

(2) 登下校中に限り、日傘の使用を認める。雨傘同様に自分で管理をする。

(3) 帽子を使用しても良い。ただし登下校中のみとする。

(4) その他、健康上の理由で紫外線対策が必要な人は、担任に申し出る。

### 3 夏季休業日中の屋外での部活動について

上記1の対応に加え

- (1) 暑さ指数が3.1以上の場合、日直が葛西二中の屋外で活動している部活動に伝え、活動を中止させる。
- (2) 葛西二中以外の屋外での活動では、上記1の対応と涼しい部屋でこまめに休憩と水分補給を行わせ、生徒の体調管理に努める。
  - ①顧問は練習前に「江戸川臨海」の暑さ指数を調べ、屋外活動中は暑さ指数 WBGT の測定器での測定と、江戸川臨海の暑さ指数を調べて記入する。
  - ②葛西二中以外で活動する場合は、クーラーボックスまたはジャグに氷を入れて活動場所に向かう。経口補水液または粉末ドリンクを持参し生徒へ十分な水分補給をさせる。

### 4 その他

- (1) 寝不足、腹痛、頭痛など体調不良がみられる場合は熱中症になりやすいため、無理をせず休養してください。
- (2) 朝からの活動の場合、朝食を食べてから活動するようご協力をお願いいたします。
- (3) 屋外での部活動では、状況によって時間を短縮して行う場合もあります。

#### 【問い合わせ先】

江戸川区立葛西第二中学校  
副校長 田村 充  
03-3680-5146