

ほけんだより

学校保健目標
健康な心と体をそだてよう
～すすんで健康づくりに励む子ども～

令和4年6月21日 香取市立東大戸小学校 養護教諭

気温が高くなる日が増えてきました。先週から熱中症指数計の「暑さ指数」を見ながら、体育の学習や外遊びの対応等を考えています。マスクをして動き回る子どもたちが顔を真っ赤にしている様子も見られ、熱中症が心配されます。

コロナ禍での熱中症予防対策

以下について全校児童に指導していきます。

- ・体育の授業（校庭、体育館）・外遊びは、マスクを外す
- ・登下校は、マスクを外して会話を控える
- ・室内であっても、人との距離が確保でき、会話がほとんどない場合はマスクを外してもよい

保護者の方の判断でマスクを着用したほうがよいという場合は、各家庭で対応をお願いします。ただし、職員が観察し、顔が赤い、元気がないなど熱中症の危険性が高い場合はマスクを外すよう声かけを個別にさせていただきます。

写真は、熱中症指数計（令和元年度に購入）です。体育の際は、校庭や体育館に持っていき「暑さ指数」を確認しながら行っています。



学校での熱中症予防対策について

5～6月は暑さに慣れていないため、熱中症による救急搬送が多くなるといわれています。今年も当面の間、下記の表にしたがって熱中症対策を行っていきます。ご家庭でも、十分な睡眠時間の確保・朝食・水筒の持参などにご協力をお願いします。

暑さ指数 (WBGT)	運動の指標	外遊び	体育（校庭・体育館）
危険 31℃ 以上	運動原則中止	なし	なし
厳重警戒 28～31℃	激しい運動中止	暑さ指数30以上はなし、 暑さ指数29以下はありだが 激しい運動はしないこと	熱中症指数計により判断 暑さ指数30以上は校長・教頭と相談
警戒 25～28℃	積極的に休息	あり	あり
注意 21～25℃	積極的に水分補給		
ほぼ安全 21℃ 以下	適宜水分補給		



水泳学習については、気温・水温・暑さ指数を参考に、そのつど実施について検討します。

