



学校だより

北の子通信

秦野市立
北小学校
9月号

令和5年
9月1日

健康で安心・安全な環境づくり②

げんき こ こえ こうしゃじゅう ひび きたしょう がつき
元気な子どもたちの声が校舎中に響き、北小の2学期がスタートしました。「じいじと
ばあばに会ってきた!」「本を100冊読んだよ!」等様々な夏の思い出のお伝えが校長室
まで届きました。素晴らしい夏の経験を自分の学びに生かしてほしいと願うばかりです。

がつ にちづけもんかしょうおよ ちょう はっしゅつ じむぶんしょ きゅうぎょうび あ
さて、8月23日付文科省及びスポーツ庁から発出された事務文書「休業日明けの
じきどう ねっちゅうしょうじ こ ぼうし しきょうい つう そうふ
時期等における熱中症事故の防止について」が市教委を通じて送付されました。

もんかしょうなど こ からだ あつ うんどうなど な じき
文科省等からは、子どもの体がまだ暑さや運動等に慣れていないこの時期は、それほど
たか きおん じこ はっせい きょういくかつどうないがい と てきせつ しよち こう
高くない気温でも事故が発生しているため、教育活動内外を問わず、適切な処置を講ずる
ことが求められています。北小では、毎日定期的に、暑さ指数(WBGT:湿球黒球温度)

けいそく ねっちゅうしょう きけんどう はあく つと りめん がっこう ねっちゅうしょう
を計測し、熱中症の危険度の把握に努めています。裏面にある「学校における熱中症
たいさく さくせい てび ぼっすい めやすれい じゅんしゅ あんぜん かくにん うえ きょういく
対策ガイドライン作成の手引きより抜粋」目安例を遵守して、安全を確認した上で教育
かつどう すす そと かつどう じっし さい はや みじか こころ
活動を進めています。これまで外での活動を実施する際は、「早め・短め・こまめ」を心
がけてきました。

じむぶんしょ じどう ねっちゅうしょうぼうし かん しどう あらた つうち ないよう
事務文書には児童への熱中症防止に関する指導について、改めて通知された内容が
いか い ごつか かろう かぎ きょういくかつどう まえ すす かんが
以下のとおりでしたので以後追加して可能な限り教育活動を前へ進めていきたいと考
えています。引き続きご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

ぼうしなど ひざ さえぎ つうきせい どうしつせい わる ふくそう き
 ・帽子等により日差しを遮ったり、通気性・透湿性の悪い服装を避けたりすること

とうげこう うんどう ぜんご すいぶんほきゅう きゅうけい
 ・登下校や運動するときは、前後に水分補給し休憩をとること

じどうどうしなど たが すいぶんほきゅう きゅうけい こえ おこな
 ・児童同士等で互いに水分補給や休憩の声かけを行うこと

うんどうご じゅうぶん などたいちょう ととの うえ げこう
 ・運動後は十分にクールダウン等体調を整えた上で下校すること

いじょう がっこう かてい れんけい じどう じぶんじしん たいちようかくにん
 以上のことを学校と家庭が連携しながら、児童らが自分自身でも体調確認ができるよう



にしていきたいと思います。

暑さ指数に応じた活動の目安例

暑さ指数 (WBGT)	注意すべき生活活動の目安(*1)	日常生活おける注意事項(*1)	熱中症予防運動指針(*2)
31℃以上	すべての生活活動でおこる危険性	高齢者においては安静状態でも発生する危険性が大きい。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。特に子どもの場合には中止すべき。
28~31℃		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。	嚴重警戒(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・塩分の補給を行う。暑さに弱い人*は運動を軽減または中止。
25~28℃	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分おきくらいに休憩をとる。
21~25℃	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。

(学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引きより抜粋)

※日本スポーツ協会「熱中症予防のための運動指針」等を基に作成