熱中症対策ガイドライン

令和５年７月

みのり幼稚園

1. 教育委員会等の学校設置者における熱中症対策ガイドライン

令和２年度において環境省・気象庁・文部科学省が連名で熱中症警戒アラートの対象である関東甲信地方の１都８県の教育委員会に対してアンケート調査を行ったところ、回答した教育委員会のうち、25.9%が「熱中症対策として実施すべきだと考えているが、実施できていない熱中症対策」として、『学校向けの指針/ガイドライン/マニュアル等の作成』と回答しました。一部の教育委員会では熱中症対策のためのマニュアルやガイドラインを作成していますが、それらの内容の充実度には大きな差があるのも現状です。

また、同アンケート調査では、９割以上の教育委員会が熱中症警戒アラートについて所管の学校内で教職員等に周知するよう指導し、８割以上の教育委員会が熱中症警戒アラートを所管の学校に活用するよう指導しています。熱中症警戒アラートを活用するよう所管の学校に指導していない２割の教育委員会においては、その理由として「暑さ指数(熱中症警戒アラート以外)に基づいて対応を行うよう指導しているため」、「気温に基づいて対応を行うよう指導しているため」といった、既に何らかの対応をとっているという回答が多かった一方で、暑さに関して参考にするよう指導している情報は「特にない」という回答も３割程度あり、教育委員会によって対応に差があることも明らかになりました。

こうした状況を踏まえ、教育委員会等の学校設置者等が作成する熱中症対策に係る学校向けの熱中症対策ガイドラインの作成・改訂に資するよう、環境省・文部科学省が共同して手引きを作成しました。本ガイドラインは地域の特性等を踏まえ、前述した手引きに則って作成しています。

2. 熱中症について

2.1 熱中症とは

私たちの体は、運動や体の営みによって常に熱が産生されるので、暑熱環境下でも、異常な体温上昇を抑えるための効率的な体温調節機能が備わっています。暑い時には、自律神経を介して末梢神経が拡張します。そのため皮膚に多くの血液が分布し、外気への放熱により体温低下を図ることができます。

また汗をかくことで、「汗の蒸発」に伴って熱が奪われる(気化熱)ことから体温の低下に役立ちます。汗は体にある水分を原料にして皮膚の表面に分泌されます。このメカニズムも自律神経の働きによります。

このように私たちの体内で本来必要な重要臓器への血流が皮膚表面へ移動すること、また大量に汗をかくことで体から水分や塩分(ナトリウムなど)が失われるなどの脱水状態になることに対して、体が適切に対処できなければ、筋肉のこむら返りや失神(いわゆる脳貧血：脳への血流が一時的に滞る現象)を起こします。そして、熱の産生と熱の放散とのバランスが崩れてしまえば、体温が急激に上昇します。このような状態が熱中症です。(図 2-1)

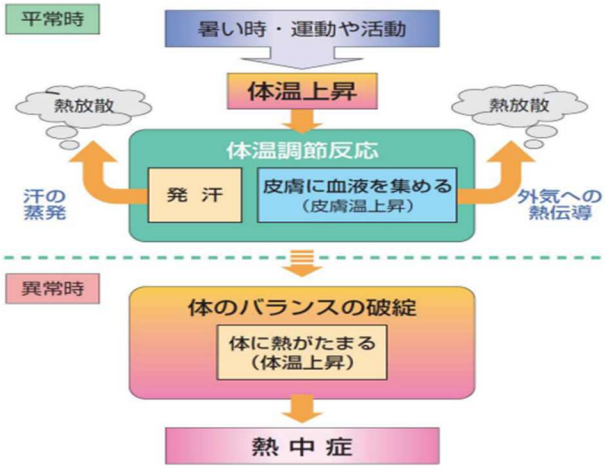

図 2-1　熱中症の起こり方

熱中症の発症には、環境(気温、湿度、輻射熱、気流等)及び体(体調、年齢、暑熱順化の程度等)と行動(活動強度、持続時間、水分補給等)の条件が複雑に関係しています。

図 2-2　熱中症を引き起こす要因

2.2　熱中症の症状及び重病度分類

熱中症は、「暑熱環境にさらされた」状況下での体調不良です。軽症の場合「立ちくらみ」や「筋肉のこむら返り」などを生じますが、意識ははっきりしています。中等症では、全身の倦怠感や脱力、頭痛、吐き気、嘔吐、下痢等の症状が見られます。このような症状が現れた場合には、直ちに医療機関へ搬送する必要があります。重症では高体温に加え意識障害がみられます。けいれん、肝障害や腎障害も合併し、最悪の場合には死亡する場合もあります。

熱中症の症状には、典型的な症状が存在しません。暑さの中にいて具合が悪くなった場合には、まず熱中症を疑い、応急処置あるいは医療機関へ搬送するなどの措置を講じるようにします。

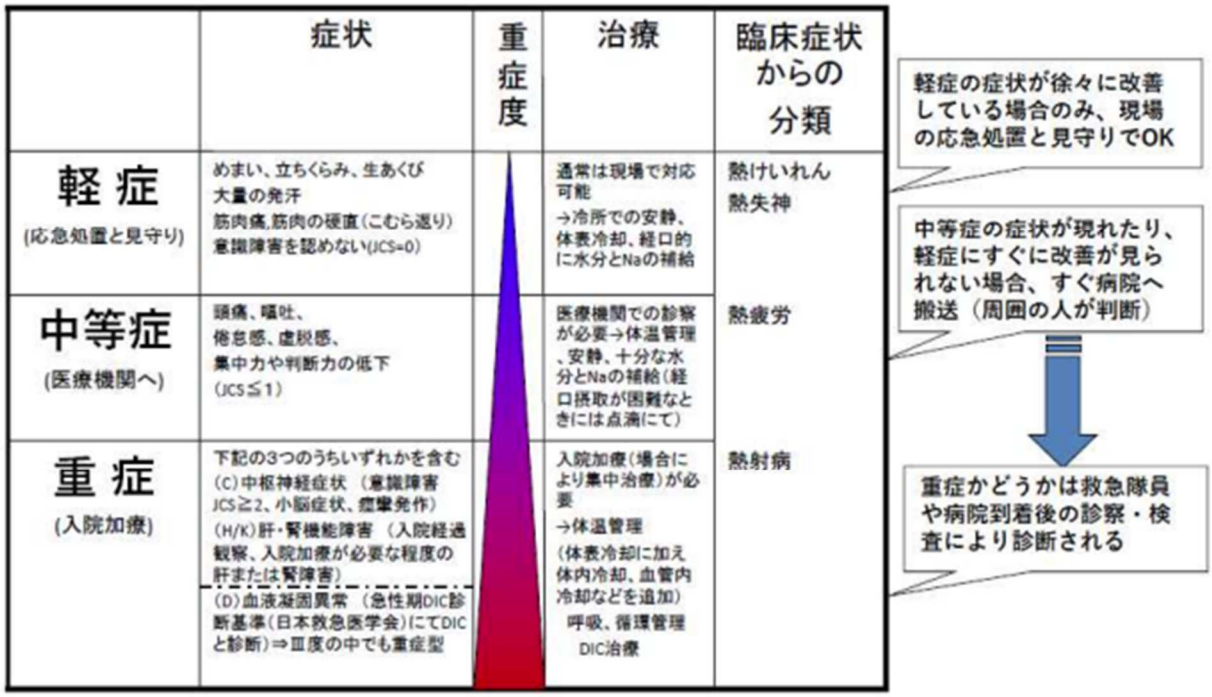

図 2-3　日本救急医学会熱中症分類

2.3　学校における熱中症

近年、学校の管理下における熱中症は、小学校・中学校・高等学校等を合わせると毎年 5,000 件程度発生しており、2018 年度(平成 30 年度)には 7,000 件を超えました。熱中症発生件数を学校の種類別にみると、高等学校等、中学校、小学校の順番に多くなっています(図 2-4)。また、令和元年度の災害共済給付のデータから熱中症の発生件数をみると、部活動が始まる中学生になると急に増え、特に高等 1 年生時に最も多くの生徒が熱中症を発症したことが分かります(図 2-5)。

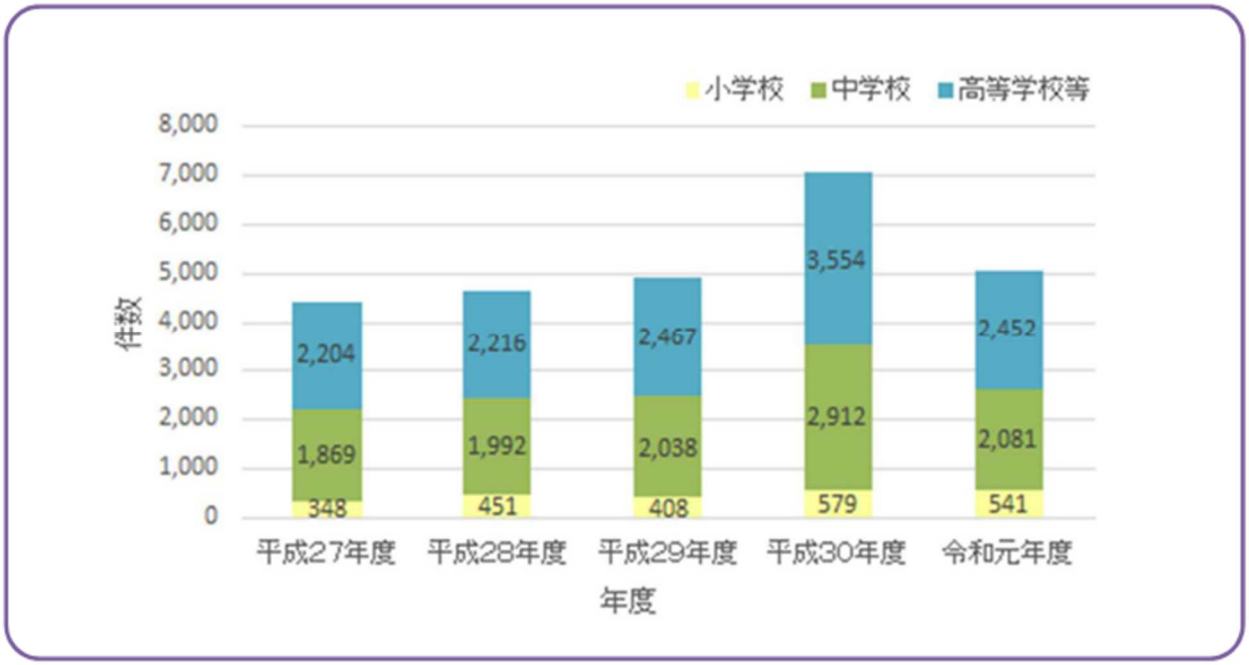

図 2-4　学校の管理下における熱中症の発生状況

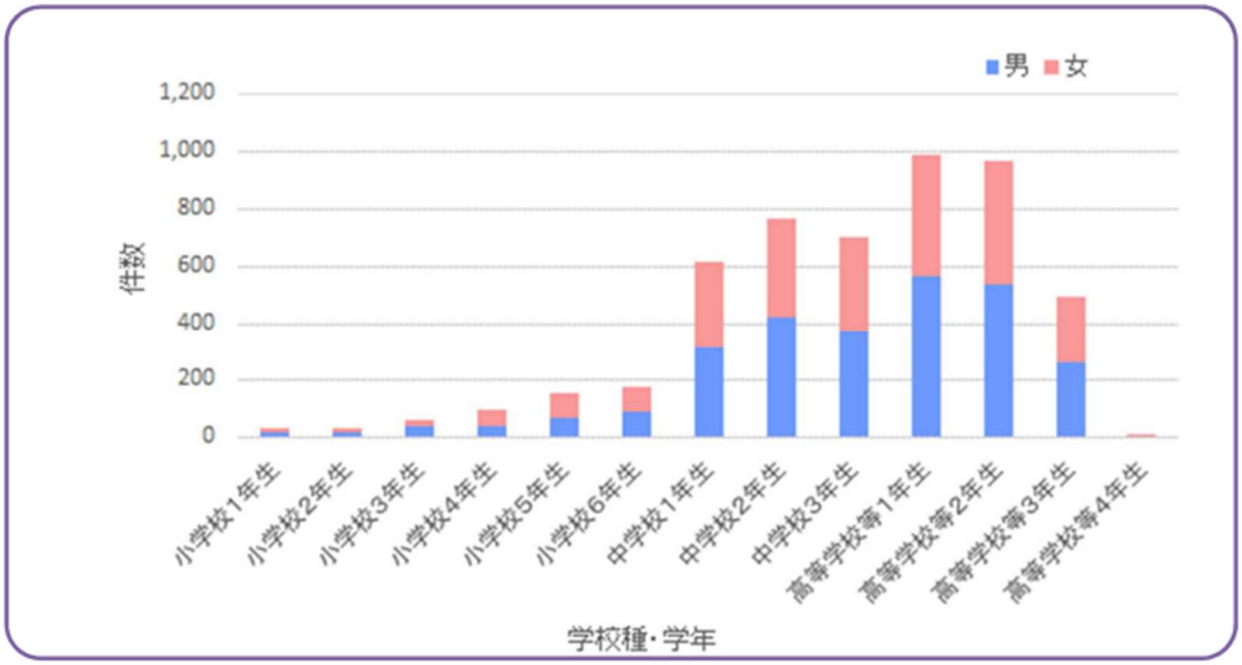

図 2-5　令和元年度の学校種・学年・男女別の熱中症の発生状況

また学校活動において、熱中症による死亡事故も発生しています。独立行政法人日本スポーツ振興センターの統計資料によると、1975 年から 2019 年にかけて熱中症死亡事例の発生状況を図 2-6 に示しました。近年は年間に 0～2 名程度と減少傾向にあります。学校での熱中症による死亡事故は、ほとんどが体育・スポーツ活動によるものです。図 2-7 に、場合別・種目別の熱中症の発生状況を示しました。部活動においては、屋外で行われるスポーツ、また屋内で行われるスポーツでは、厚手の衣類

や防具を着用するスポーツで多く発生する傾向があります。また、学校行事など部活動以外のスポーツでは、長時間にわたって行うスポーツで多く発生する傾向にあります。

そして、体育やスポーツ活動によって発生する熱中症は、それほど高くない気温(25～30℃)でも湿度が高い場合には発生することが特徴的です。

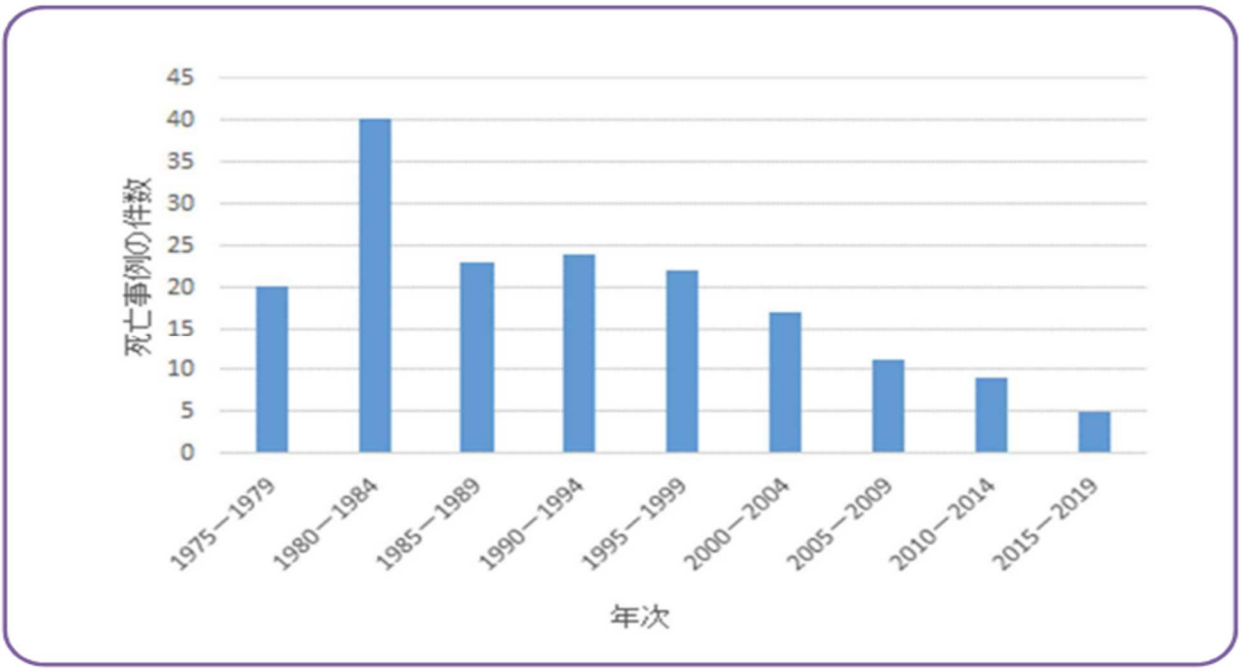

図 2-6　学校の管理下における熱中症死亡事例の年次推移(1975 年～2019 年)

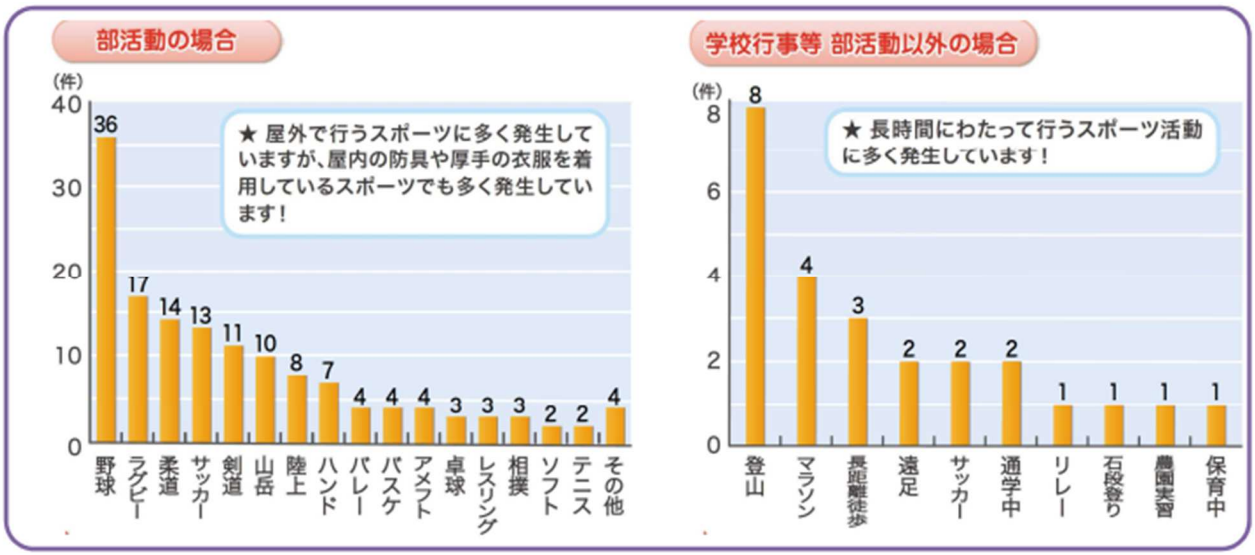

図 2-7　場合別・スポーツ種目別発生状況(1975 年～2017 年)

2.4　熱中症の予防策

2.2「熱中症の症状及び重病度分類」で紹介したように、熱中症は生命にかかわる病気です。2.3「学校における熱中症」に示すように、学校においても、毎年、熱中症が発生し、不幸にも死亡してしまった例も少なからずあります。

こうした最悪の事態を起こさないために、日常生活における熱中症予防では、体温の上昇と脱水を抑えることが基本です。そのため、まず大切なのは、暑い環境下に長時間いることを避けることです。前述したように、学校生活の中では体育・スポーツ活動において熱中症を発症することが多く、スポーツなどの体を動かす状況では、それほど気温の高くない環境下でも熱中症を引き起こすことがあります。暑くないから大丈夫と思うのではなく、活動中の園児の状態をよく観察して、異常がない

かを確認することが必要です。

「熱中症を予防しよう―知って防ごう熱中症―」では、体育・スポーツ活動における熱中症予防原則として、以下の５つを挙げています。

＜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、水分補給を行うこと
2. 暑さに徐々に慣らしていくこと
3. 個人の条件を考慮すること
4. 服装に気を付けること
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

2.4.1 環境条件を把握し、それに応じた運動、水部補給を行うこと

(1) 環境条件の把握

気温が高いときほど、また同じ気温でも湿度が高いときほど、熱中症の危険性は高くなります。

熱中症の危険性を予測するための環境条件の指標に「暑さ指数(WBGT)」があります。暑さ指数(WBGT)は気温、気流、湿度、輻射熱を合わせたもので、暑さ指数(WBGT)計で測定します。ただし、暑さ指数(WBGT)計がない場合は、乾球温度(気温)や湿球温度を参考にします(表 3-1)。

(2) 運動量の調整

運動強度が高いほど熱の産生が多くなり、熱中症の危険性は高くなります。環境条件・体調に応じた運動量(強度と時間)にします。また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します。

(3) 状況に応じた水分・塩分補給

暑い時期は、水分をこまめに補給します。汗からは水分と同時に塩分も失われます。汗で失われた塩分を適切に補うために、経口補水液やスポーツドリンクを利用します。

2.4.2 暑さに徐々に慣らしていくこと

熱中症事故は、急に暑くなったときに多く発生しています。具体的には、梅雨明け直後など急に暑くなった時(暑さ指数(WBGT)が 31 以上になる時、2 ランク以上高くなった時(表 3-1))に多く発生する傾向があります。また、夏以外でも急に暑くなると熱中症が発生しやすくなっています。これは体が暑さに慣れていないためです。

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、休憩を多くとりながら、短い短時間の運動から徐々に増やします。週間予報等の気象情報を活用して気温の変化を考慮した 1 週間の指導計画等を作成します。

（用語） 暑熱順化

暑い日が続くと、体がしだいに暑さに慣れて強くなります。これを暑熱順化といいます。

暑熱順化は、「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日 30 分程度の運動を継続することで獲得できます。実験的には暑熱順化は運動開始数日後から起こり、2 週間程度で完成するといわれています。そのため、日頃から汗をかく習慣を身につけて暑熱順化していれば、夏の暑さにも対抗しやすくなり、熱中症にもかかりにくくなります。じっとしていれば、汗をかかないような季節からでも、汗をかく機会を増やしていれば、夏の暑さに負けない体をより早く準備できます。

2.4.3 個人の条件を考慮すること・個人の状態や体調の考慮

体調が悪いと体温調節能力も低下し、熱中症につながります。疲労、睡眠不足、発熱、風邪、下痢など、体調の悪いときには無理に運動をさせず、運動前、運動中、運動後の健康観察をします。

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ます。このほかにも、体力の低い人、暑さに慣れていない人、「筋肉のこむら返り」など軽症でも一度熱中症を起こしたことがある人などは暑さに弱いので得に注意します。運動やトレーニングを軽減する、水分補給をしっかりする、休憩を十分とるなどの配慮をします。

・責任の所在は、園長と担任です。
・すぐに利用できる休憩場所を確保します(職員室)。
・いつでも飲める飲料(5～15℃)を準備します。
・体調や体力に合わせたペースを守るように指導します。
・個人の体調を観察します。
・体調不良を気軽に言える雰囲気をつくります。
・体調不良は正直に申告するよう指導します。
・お互いの体調に注意して、声を掛け合うように指導します。

2.4.4 服装・装具の配慮

皮膚からの熱の出入りには衣服が影響します。暑い時は、服装を軽装とし、直射日光は帽子で防ぎます。身に付ける鼓笛のプロテクターや器具・衣装等は、休憩時にはずすか、緩めるなどし、体の熱を逃がします。

学校における新型コロナウイルス感染症対策として、身体的距離が十分とれないときはマスクを着用することが適切ですが、運動を行う際にマスクを着用すると、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクがあります。

そこで、このような運動時のマスク着用による身体へのリスクを考慮して、感染リスクを避けるためには、以下の事項を踏まえた対策を行いながら、外遊びをします。

・外遊びでは、マスクの着用は必要ないこと
・感染リスクを避けるためには、園児の間隔を十分に確保すること
・熱中症に注意したうえで、なるべく日差しを避けること
・遊戯室など屋内で実施する必用がある場合は、呼吸が激しくなるような運動は避けること
・毎朝の健康観察により保育前の健康状態を把握し、体調が優れない園児の外遊びへの参加は見合わせること

2.4.5　具合が悪くなった場合、早めの処置

暑いときは熱中症が起こり得ることを認識し、具合が悪くなった場合には、ただちに必要な処置を講じます。

幼稚園生活の中で、具合が悪くなった場合には、すぐに活動を中止し、風通しのよい日陰や、できればクーラーが効いている室内等に避難させます。

水分を摂取できる状態であれば、冷やした水分と塩分を補給するようにします。飲料としては、水分と塩分を適切に補給できる経口補水液やスポーツドリンクなどです。ただし、水を飲むことができない、症状が重い、休んでも回復しない場合には、病院での治療が必要なため、医療機関に搬送します。

応答が鈍い、言動がおかしいなど重症の熱中症が疑われるような症状がみられる場合には、直ちに医療機関に連絡します。それと同時に、現場でなるべく早く冷やし、体温を下げるよう試みます。

・熱射病を起こした人は、医師の許可があるまでは運動を控えてください。運動を再開する場合には、涼しい環境で軽い運動から徐々に始めます。暑熱下の運動は、体力が十分に回復した後に、暑さに十分慣らしてから行います。少なくとも退院後 7 日は運動を控えてください。その後、涼しい環境での運動から始め、2 週間くらいかけて暑さに身体を慣らし、さらに 2～4 週間を経て、完全復帰を行います。
・軽症の熱中症(熱疲労)の場合も、当日の復帰は見合わせ、慎重に進めます。軽症の場合でも、1～2 日様子をみてから再開しますが、その場合にも運動強度と運動量は徐々に上げます。

3.　暑さ指数(WBGT)について

3.1　暑さ指数(WBGT)とは

熱中症を引き起こす条件として「環境」が重要であることは述べた通りです。

暑さ指数(WBGT：Wet Bulb Globe Temperature：湿球黒球温度)は、熱中症の危険度を判断する環境条件の指標です。この WBGT は、人体と外気との熱のやりとり(熱収支)に着目し、熱収支に与える影響の大きい気温、湿度、日射・輻射など周辺の熱環境、風(気流)の要素を取り入れた指標で、単位は、気温と同じ℃を用います。

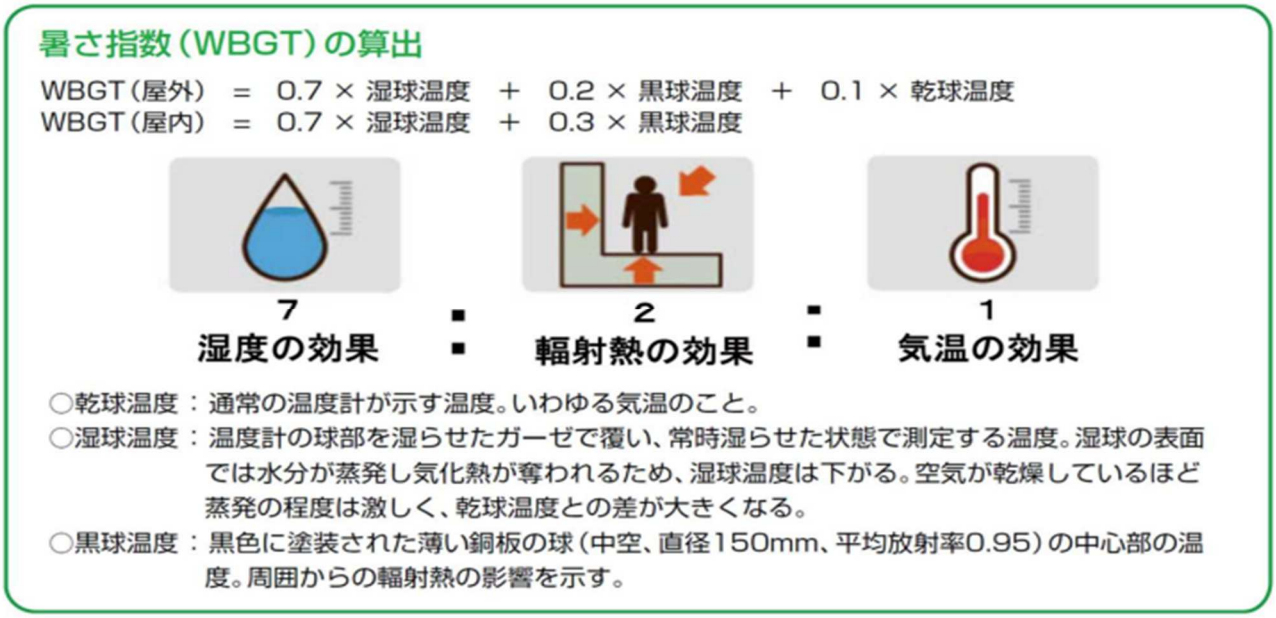

図 3-1　暑さ指数(WBGT)の算出方法

3.2　暑さ指数(WBGT)に応じた行動指針(日本生気象学会、日本スポーツ協会)

暑さ指数(WBGT)を用いた指針としては、公益財団法人日本スポーツ協会による「熱中症予防運動指針」、日本生気象学会による「日常生活における熱中症予防指針」があります。これらの指針は、表3-1に示すように、暑さ指数(WBGT)の段位に応じた熱中症予防のための行動の目安とすることが推奨されています。

運動会、遠足をはじめとした園外活動の前や活動中に、定期的に暑さ指数(WBGT)を計測し、これらの指針を参考に危険度を把握することで、より安全に活動を行います。

表3-1　暑さ指数(WBGT)に応じた注意事項等

暑さ指数(WBGT)	湿球温度	乾球温度	注意すべき活動の目安	日常生活における注意事項	熱中症予防運動指針
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℃	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息を取り入れる。	**警戒（積極的に休憩）** 熱中症の危険度が増すので積極的に休憩を取り適宜、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℃	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。

3.3　暑さ指数(WBGT)の測定

3.3.1　暑さ指数(WBGT)計

暑さ指数(WBGT)は熱ストレスの評価指標としてISO7243で国際的に規格化されており、図3-2(左)に示す計測装置で測定します。この測定方法では、乾湿球温度計は自然気流にさらし、乾球温度系は日射の影響を受けないよう、日射を遮るカバーを付けます。また、湿球温度の測定のため、水の取り扱いが必要です。

より簡単に暑さ指数(WBGT)を測定できるように、電子式の装置が市販されています。図3-2(右)のように固定設置して、周囲から見えるように暑さ指数(WBGT)を表示、データ取得するものや、図3-3のように個人が持ち歩いて周辺のごく近い場所の暑さ指数(WBGT)を測定できる小型のものがあります。当園では、携帯型(ハンディタイプ)を使用しています。

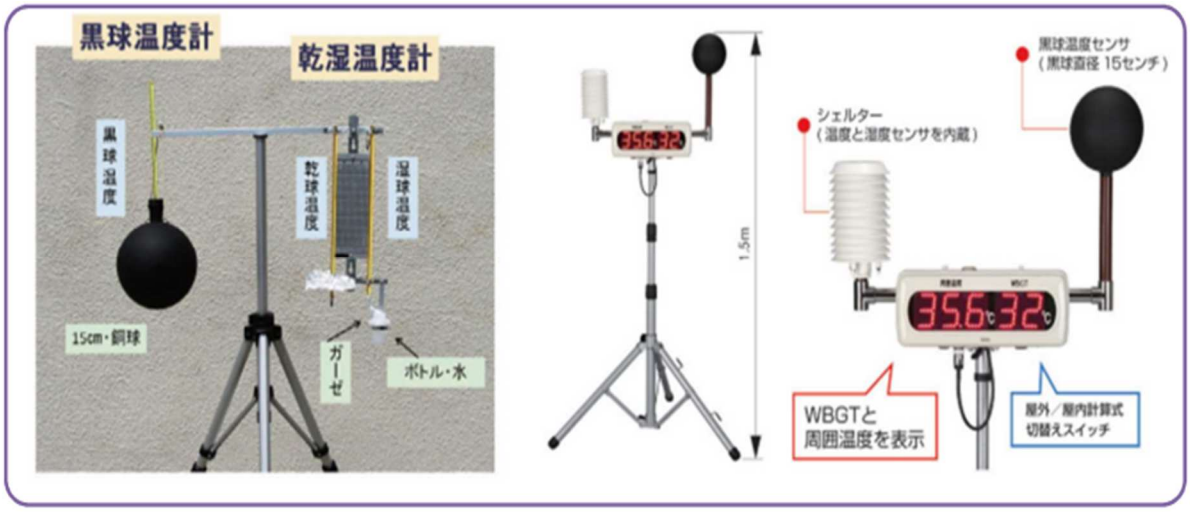

図 3-2　暑さ指数(WBGT)測定装置　左は基本型、右は電子式のもの

図 3-3　携帯型(ハンディタイプ)の電子式暑さ指数(WBGT)計

3.3.2　暑さ指数(WBGT)計の選び方と測定方法

暑さ指数(WBGT)計は、文部科学省が示す「保健室の備品等について」(令和 3 年 2 月 3 日付け初等中等教育局長通知)において、保健室に備えるべき備品とされました。

携帯型の電子式暑さ指数(WBGT)計には、黒球のないものも販売されていますが、輻射熱の測定ができず、正しく暑さ指数(WBGT)が計測されない恐れがあります。また、電子式暑さ指数(WBGT)計には、日本産業規格「JIS B 7922」が制定(制定日　平成 29 年 3 月 21 日)されていますので、購入の際は本規格に適合した器機を選定します。暑さ指数(WBGT)計の屋外での正しい測定方法について、図 3-4 に示した通りです。

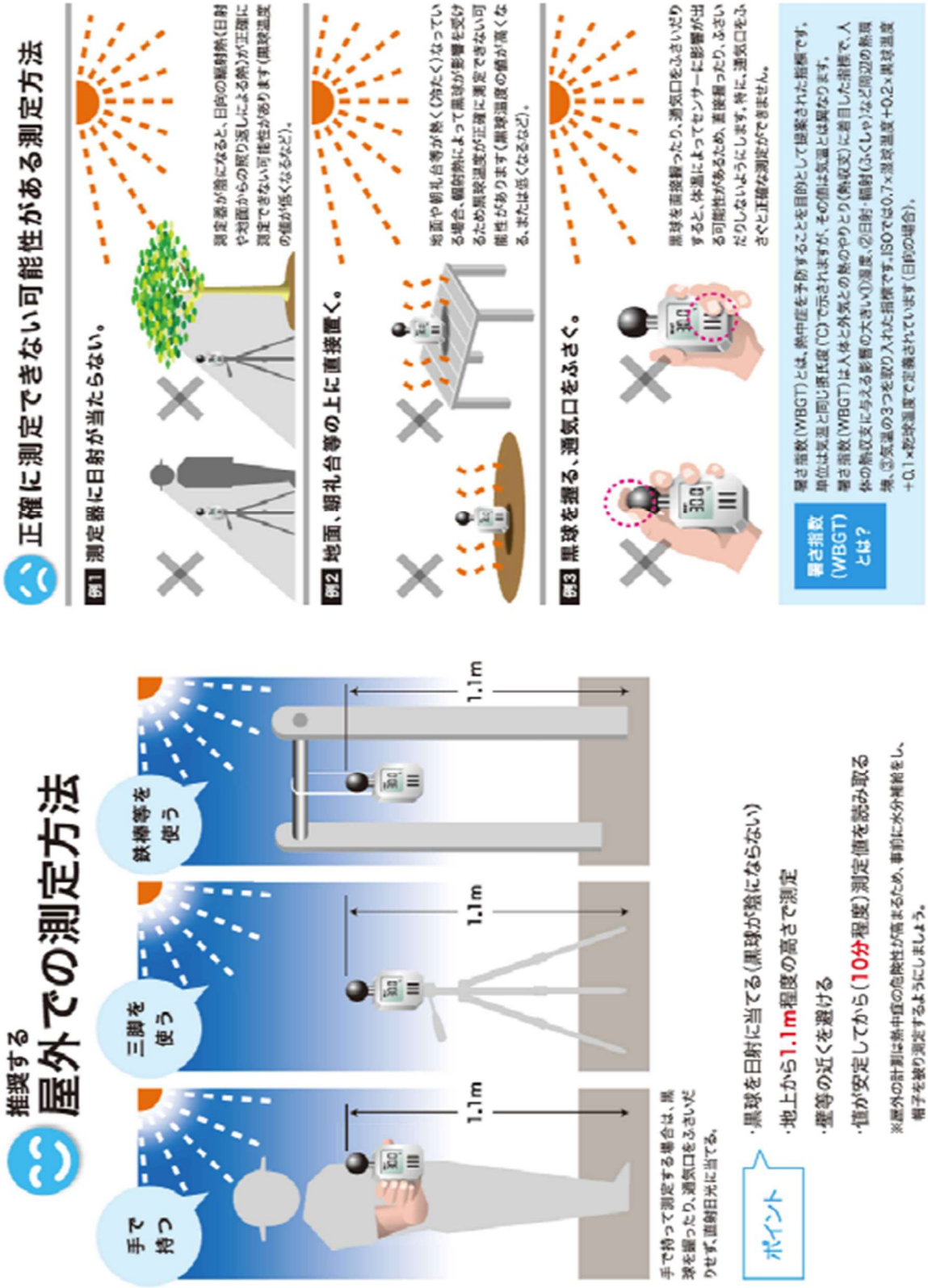

図 3-4　暑さ指数(WBGT)計の使い方

3.3.3　暑さ指数(WBGT)計がない場合

暑さ指数(WBGT)は、実際に活動する場所で測定することが望ましいのですが、暑さ指数(WBGT)計が配備されていない場合には、活動場所に最も近い場所で公表されている暑さ指数(WBGT)の値を参考として用います。

環境省では、熱中症予防情報サイトで、毎年夏季の全国各地の暑さ指数(WBGT)の値を公表しています。ただし、環境省で公表している値は、実際の活動場所の値ではありません。実際の

活動の場は千差万別で、暑さ指数(WBGT)は熱中症予防情報サイトの推定値とは異なることに注意します。それぞれの活動の場で暑さ指数(WBGT)を測定することが望ましいのですが、測定できない場合は少なくとも気温と湿度を測定して、暑さに対し十分な注意を払います。

環境省が提供する暑さ指数(WBGT)

熱中症予防情報サイトでは、暑さ指数(WBGT)の 11 地点の実測値を含む約 840 地点の実況推定値を提供しています。

また、気象庁の数値予報データをもとに、全国約 840 地点について「今日」「明日」「明後日」の 3 時間ごとの暑さ指数(WBGT)の予測値を提供しています。予測値と実測値との誤差について、それぞれの日の朝 6 時に提供された東京の予測値(平成 25 年度)を暑さ指数(WBGT)の実況値で評価したところ、誤差の標準偏差は、「今日」は 1.2、「明日」は 1.4、「明後日」は 1.6 で、予測の期間が長くなっても、誤差はそれほど大きくなっていないことがわかっています。また、「明日」「明後日」の予測値も同様に、晴天が続いた期間は誤差が小さく、梅雨時期など雨天と晴天の予測が難しい期間には誤差が大きくなることもわかっています。

4. 熱中症警戒アラートについて

4.1 熱中症警戒アラートとは

熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境が予測される際に、環境省・気象庁が新たに暑さへの「気づき」を呼びかけ、国民の熱中症予防行動を効果的に促すための情報提供のことを言います。

<u>発表方法・地域単位・基準</u>

・発表単位は、高温注意情報と同じ発表区域(府県予報区等単位)を単位とします。(北海道地方、九州南部・奄美地方、沖縄地方が広域のため、細分化され、それ以外は都道府県単位です。)

・府県予報区内の暑さ指数(WBGT)予測地点のいずれかにおいて、翌日の日最高暑さ指数(WBGT)を 33 以上と予想した日(前日)の 17 時頃に「第 1 号」を発表し、当日 5 時頃に「第 2 号」を発します。

なお、前日 17 時頃に発表した府県予報区については、当日の予測が 33 未満に低下した場合においても、アラートを維持し、当日 5 時頃に「第 2 号」を発表します。

・当日の予想から日最高暑さ指数(WBGT)を 33 以上と予測した府県予報区については、当日 5 時頃に「第 1 号」を発表します。

<u>発表内容</u>

・アラートでは、次の内容を発表します。

✧ 府県予報区の方々に対して熱中症への注意を促す呼びかけ

✧ 府県予報区の観測地点毎の日最高暑さ指数(WBGT)

✧ 暑さ指数(WBGT)の目安

✧ 府県予報区の各観測地点の予想最高気温及び前日の最高気温観測地(5 時発表情報のみ付記)

✧ 熱中症予防において特に気をつけていただきたいこと

<u>伝達方法</u>

・アラートは、気象庁の防災情報提供システムを通じて地方公共団体や報道機関等に対して発表されます。また、同時に気象庁のウェブサイト及び環境省熱中症予防情報サイトに掲載します。

これら熱中症警戒アラートの概要は、表 4-1 に示す通りです。

4.2　熱中症警戒アラートの活用にあたって

熱中症警戒アラートの活用にあたっては、次の視点から、熱中症の防止対策及び保護者、一般住民の方への対応に臨み、円滑な措置を講じます。

- 熱中症警戒アラート情報の入手・周知の明確化。
  - 熱中症警戒アラートは、気象庁の防災情報提供システム、関係機関の WEB ページ、SNS を通じて多くの方が情報を入手できます。
  - 逆に、誰かが入手しているであろうと思って、その情報が的確に共有されないことがないよう、情報の入手、関係者への伝達等を明確に定めています。
    - 誰が確認するか(園長)
    - いつ確認するか(午前 9 時)
    - 誰に伝えるか(教職員)
    - 情報をもとに、学校運営をどのようにするかを決定する者(園長)
    - 園長が不在の場合の代理者(事務長)

- 熱中症警戒アラートは事前の予測です。
  - 翌日に予定されている行事の開催可否、内容の変更等に関する判断等の参考にします。
  - 当日の状況が予測と異なる場合もあり、運動会等の行事を予定通りに開催するか中止にするか、内容を変更して実施するかを判断しなければなりません。熱中症警戒アラートが発表された場合、園長不在時の対応者を事務長とします。

- 予測は府県予報区単位で出されます。
  - 園外保育等、園以外の場所での行事運営の参考にします。
    府県予報区内にはいくつかの暑さ指数の予測地点があり、その予測値も参考にします。
  - 熱中症警戒アラートが発表されていない場合であっても、活動場所で暑さ指数(WBGT)を測定し、状況に応じて、水分補給や休息の頻度を高めたり、活動時間の短縮を行ったりします。

- 保護者や一般の方からの問い合わせ等に対応する機会があります。
  - 保護者や一般の方から、熱中症警戒アラートが出ているのに屋外で外遊びを行っている等の意見が提起される場合があります。
  - 園での負担を軽減するため、本ガイドラインを参考にしていただき、熱中症警戒アラートが発表された際の対応をご承知おきください。

表 4-1　熱中症警戒アラートの概要

5.　熱中症の予防措置

5.1　事前の対応

熱中症を予防するためには気温や湿度など環境条件に配慮した活動が必要です。活動現場の環境条件を把握する指標として暑さ指数(WBGT)が用いられています。暑さ指数(WBGT)を基準とすることで、客観的な状況判断・対応が可能となります。

当園の、暑さ指数(WBGT)に基づく運動等の指針を中心とした熱中症予防の体制を以下に示します。

① 教職員への啓発
園児の熱中症予防について、全教職員で共通理解を図るため研修を実施する。

② 園児への配慮
学級担任は、園児が自ら熱中症の危機を予測し、安全確保の行動をとることができるよう援助する。

③ 各クラスの実情に応じた対策
近年の最高気温の変化や熱中症発生状況等を確認し、クラスの実情に応じた具体的な予防策を検討する。

④ 体調不良を受け入れる文化の醸成
気兼ねなく体調不良を言い出せる、相互に体調を気遣える環境・文化を醸成する。

⑤ 情報収集と共有
熱中症予防に係る情報収集の手段(テレビ・インターネット等)及び全教職員への伝達方法を整備する。

⑥ 暑さ指数(WBGT)を基準とした運動・行動の指針を設定
暑さ指数(WBGT)に応じた外遊びや各種行事を行う。

⑦ 暑さ指数(WBGT)の把握と共有
暑さ指数(WBGT)の測定場所、測定タイミング及び関係する教職員への伝達体制を整備する。
(例)暑さ情報(気温、湿度計、天気予報、熱中症警戒アラート情報など)を誰もが見やすい場所に設置し、暑さ情報を園全体で共有。

⑧ 日々の熱中症対策のための体制整備
設定した指針に基づき、運動や各種行事の内容変更や中止・延期を園長が、開始2時間前までに判断し、判断結果を一斉メールで伝達する。熱中症警戒アラート発表時の対応も同様。
(例)熱中症予防の責任者は園長。アラート発表時に行事が予定されている場合、暑さ指数を確認し、実施可否を判断する。

⑨ 保護者等への情報提供
熱中症対策に係る保護者の理解醸成のため、暑さ指数(WBGT)に基づくガイドラインを保護者にも共有する。また、熱中症事故発生時、家族へ迅速に連絡する。
(例)園児の救急措置と並行して、保護者への連絡を確実かつ正確に行う。必要に応じて、当該園児以外の保護者に対しても適切に情報提供する。

5.2 通常保育日の対応

5.2.1 外遊び、プールの対策

(1) 園庭での活動

活動前に暑さ指数(WBGT)を測定し、対応を判断します。測定者は園長、測定方法は暑さ指数(WBGT)計で測定します。また、熱中症警戒アラート発表時には、暑さ指数(WBGT)の変化に十分留意します。

(2) プールでの活動

プールサイドが高温になりがちなことや水中においても発汗・脱水があることに留意し、熱中症予防の観点をもった対応をとります。

プールでの熱中症対策

- ✓ 冷蔵庫に誰でも自由に身体を冷やすための保冷剤・スポーツドリンクを用意
- ✓ 園児の足を守るため水で濡らす
- ✓ 園児を集合させる場所は直射日光を避ける(階段踊り場など)
- ✓ 高温多湿になる更衣室を冷やす

5.2.2 通常保育日以外の対策

(1) 各種行事での対策

運動会、遠足及び園外保育の各種行事を実施する場合には、前日に発表される熱中症警戒アラートを参考に、安心して行事を実施できる体制を心掛けます。

(2) 教室内の保育

学校環境衛生基準においては、保育室等の温度は28℃以下であることが望ましいとされています。温熱環境は温度、相対湿度、気流等によって影響を受けるため、温度のみでなく、その他の環境条件や園児の健康状態も考慮したうえで総合的な対応をとります。空調設備が設置された教室では、空調設備を利用して教室内の温度を適切に管理します。

(3) 登降園時

保護者に対して一斉メール、園だより等にて、注意喚起を行います。

■熱中症事故防止重点項目

～学校管理下における熱中症事故防止を未然に防ぐために～

特に熱中症への配慮を要する時期に入る前に職員会議や打ち合わせ等の時間の中で重点項目の内容を確認するとともに、熱中症事故防止に向けた対策を的確に講じることができるよう努めます。

区分	重点項目(熱中症事故防止に関する対応)
指導計画・練習計画	①園児の能力や体力に配慮した段階的な指導計画を作成
	②暑くなり始めた時期には、体を暑さに慣らすための指導計画を作成
	③暑くなることが予想される場合、暑い時間帯の回避や運動時間の短縮、運動量を軽減する等の配慮をする
運動前の安全指導・安全管理	④健康観察を通して園児の健康状態を把握し、体調に応じた指示を行う
	⑤水分を補給するよう指示し、園児が水分補給したことを見届ける
	⑥暑い時には、軽装(着帽)で活動に取り組むよう指示
	⑦運動中体調が悪くなった場合は無理をせず、運動を控えるよう指示
運動中の安全指導・安全管理	⑧園児の健康状態の把握に努めることができるよう、観察体制を整備
	⑨園児が適宜水分補給をすることができるよう促す
	⑩体調が悪くなった場合、園児が運動を辞退しやすい雰囲気をつくる
	⑪屋外では休息の場として日陰を活用し、屋内では窓を開放して風通しをよくする等、運動しやすい環境をつくる
事故発生時	⑫迅速かつ的確に応急措置を講じることができる体制を整備
	⑬園内(学年主任・園長)及び医療機関等への連絡体制を整備

「新しい生活様式」における熱中症対策

マスクの取り外しについては、活動の態様や園児の様子なども踏まえ、現場で臨機応変に対応します。

●気温・湿度や暑さ指数(WBGT)が高い日には、熱中症などの健康被害が発生する恐れがあるため、マスクを外します。

※夏期の気温・湿度や暑さ指数(WBGT)が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなる恐れがあります。マスクを外す場合には、できるだけ人との十分な距離を保つ、近距離での会話を控えるようにするなどの配慮をしますが、熱中症も命に関わる危険があることを踏まえ、熱中症への対応を優先します。
※本人が暑さで息苦しいと感じたときなどには、マスクを外したり、一時的に片耳だけかけて呼吸したりするなど、自身の判断でも適切に対応できるよう指導します。
※登降園時において、気温・湿度や暑さ指数(WBGT)が高い時には、屋外で人と十分な距離を確保できる場合には、マスクを外すよう指導します。自分でマスクを外してよいかどうか判断が難しい年齢の子どもへは、気温・湿度や暑さ指数(WBGT)が高い日に屋外でマスクを外すよう、積極的に声をかけるなどの指導を行います。その際、人と十分な距離を確保し、会話を控えることについても指導します。

●外遊びや体操においては、マスクの着用は必要ありません。ただし、十分な身体的距離がとれない状況で、十分な呼吸ができなくなるリスクや熱中症になるリスクがない場合には、マスクを着用します。

6. 熱中症発生時の対応

熱中症が疑われる時は、放置すれば死に至る緊急事態だと認識しています。重症の場合には救急車を呼び、現場ですぐに体を冷却させます(図 6-1)。熱中症の重症度は具体的な治療の必要性の観点から、Ⅰ度(現場の応急処置で対応できる)、Ⅱ度(病院への搬送が必要)、Ⅲ度(入院し集中治療が必要)と分類されます(図 2-3)。Ⅱ度以上の症状があった場合には、直ちに病院へ搬送します。

一方、「立ちくらみ」や「筋肉のこむら返り」などの軽度の症状の場合には、涼しい場所へ移動し、衣服を緩め、安静にさせます。また、少しずつ水分補給を行います。この際、症状が改善するかどうかは、病院搬送を判断するための指標となりますので、必ず、誰かが付き添うようにします。病院に搬送するかどうかの指標は以下の通りです。

重症度(救急搬送の必要性)を判断する指標
・意識がしっかりしているか？
・水を自分で飲めるか？
・症状が改善したか？

緊急事態に迅速かつ的確に応急処置を講じるため、応急手当や救命処置(心肺蘇生と AED の使用)等に関する講習を行うなど、実際の対応ができるよう研修を行います。また、熱中症発生時の役割分担及び連絡体制を表 6-1 に示します。

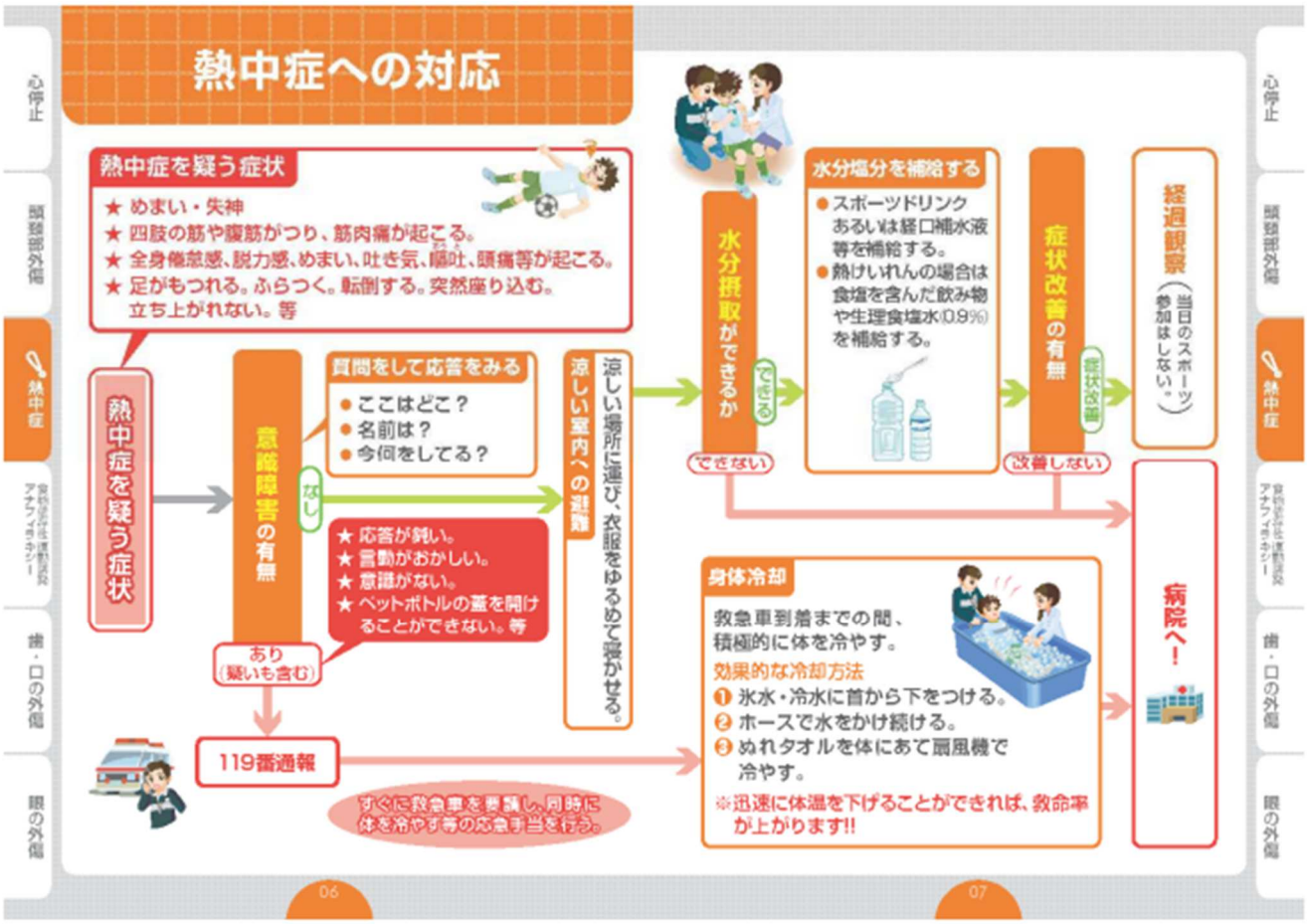

図 6-1　熱中症対策フロー

熱中症発生時の対応

対応の流れ	管理職	教職員	園児
＜発生時の危機管理＞			
○園児の救護、状況確認、安全確保	・状況把握	・熱中症の程度を確認し、涼しい場所等へ移動し、応急手当 ・管理職に事故発生の報告	・教職員の指示に従う
○危機管理体制構築	・救急体制の指示(救急車要請等) ・事故発生時の状況、対応等、記録する者の指示	・救急車対応が必要な場合は直ちに手配 ・救急車を手配した場合は同乗 ・病院に同行し、事故の発生状況や応急手当等について医師に説明 ・状況を管理職へ報告 ・被害園児の保護者への連絡 ・他の園児の健康観察	
○関係者への対応	・救急搬送の場合は教育委員会に第一報、以後必要であれば状況報告し、助言を得る ・必要に応じて学校医へ連絡し指導を受ける ・被害園児の保護者に容態、状況、搬送先、学校の対応について連絡 ・他の教職員への状況説明(臨時職員会議の開催等) ・必要に応じて、園児・保護者へ対応策について説明(文書送付)、理解と協力依頼	熱中症予防の取り組み例 ・冷たい飲み物を持参させ、授業中でも水分・塩分補給が行えるようにする ・道具等の活用(帽子等)を促す ・WBGT 計を配布し、熱中症予防のための運動指針に基づいた活動を意識づける	
＜事後の危機管理＞			
○被害園児・保護者への対応	・管理職が教職員を代表して、園児、保護者に誠意ある対応	・担任が家庭を見舞うなど、園児、保護者に誠意ある対応	
○再発防止への取組	・発生原因を究明、再発防止への取組	・未然防止について教職員で対策を検討	

表 6-1　熱中症発生時の役割分担

＜園内救急連絡体制＞

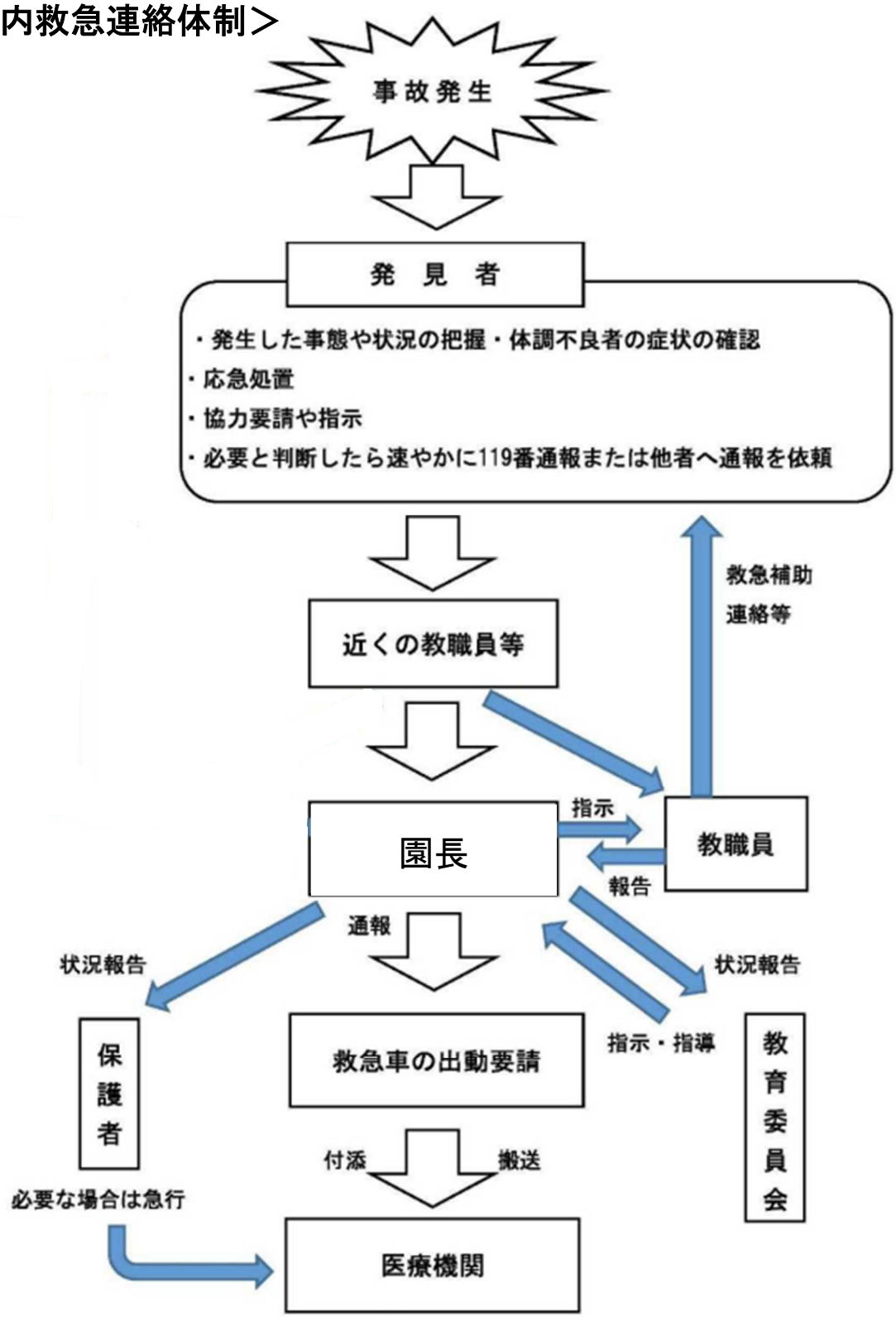

図 6-2　みのり幼稚園内救急連絡体制

意識障害が疑われる重症の場合の身体冷却法

現場での身体冷却法としては、氷水に全身を浸して冷却する方法「氷水浴/冷水浴法」が最も効果的とされています。学校や一般のスポーツ現場では、水道につないだホースで全身に水をかけ続ける「水道水散布法」が次に推奨されています。