

# 熱中症対策

行方市立麻生中学校

- 体育館，校庭に「みはりん坊」を設置しています。気温に応じて運動の内容を変更または中止してください。
- 随時，担当者が確認してください。  
場所：体育館，校庭  
下記の熱中症指数を確認し，中止，嚴重警告，注意の場合は校内放送等で教職員，生徒に伝える。

<熱中症予防のための運動方針（熱中症環境保健マニュアル 2018 より）>

熱中症指数 (WBGT) (°C)	湿球指数 (°C)	乾球指数 (°C)	熱中症予防のための運動方針	
31～	27～	35～	運動は原則中止	特別の場合以外は中止。
28～	24～	31～	嚴重警告 激しい運動は中止	激しい運動・持久走は避ける。積極的に休息をとり，水分補給。体力がない者，暑さに慣れていない者は運動中止。
25～	21～	28～	警告 積極的に休憩	積極的に休息をとり，水分補給。激しい運動では，30分おきぐらいに休息。
21～	18～	24～	注意 積極的に水分補給	死亡事故が発生する可能性がある。熱中症の兆候に注意。運動の合間に水分補給。
～21	～18	～24	ほぼ安全 適宜水分補給	通常は熱中症の危険は小さいが，適宜水分補給を行う。

- 熱中症発生時の対応については体育館と職員室の「熱中症対応マニュアル」を確認してください。
- 部活動時は以前配付した熱中所の予防用のあめを活用してください。また，保健室にポカリスエットも用意してあります。