

部活動等における熱中症事故の防止について

部活動等における熱中症事故の防止の件について、各学校において未然防止の取組を徹底していただいているところですが、本日、道内では熱中症警戒アラートが発表されている地域があり、札幌市においても気温が高い日が続いております。

また、「部活動等における熱中症事故の防止について（令和5年8月1日付け通知）」発出後に、市立学校において熱中症の疑いによる緊急搬送が複数報告されているところです。

つきましては、改めて以下の点に留意し、熱中症事故防止に取り組んでいただきますようお願いいたします。

- 1 活動前に適切な水分補給を行うとともに、水分や塩分の補給ができる環境を整え、活動中や終了後にも適宜補給を行うこと。
- 2 活動実施の判断には、熱中症警戒アラートや暑さ指数を用いることが考えられること。
- 3 児童生徒等自らが体調管理等を行うことができるよう、帽子の着用や水分補給、体調不良時の対応に関する適切な指導を行うこと。
- 4 熱中症の疑いのある症状が見られた場合には、早期に水分・塩分の補給、体温の冷却、病院への搬送等適切な処置を行うこと。
- 5 文化部活動を含め、園・学校施設で行われる様々な活動においても、活動の内容に応じて、熱中症予防の取組を行うこと。

○ 暑さ指数とは（熱中症予防情報サイト）

<https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt.php>

※ 運動に関する指針についても同ページに掲載されております。

（参考—上記サイトから一部抜粋）

運動に関する指針

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31以上	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。
31～35℃	28～31	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。
28～31℃	25～28	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。
24～28℃	21～25	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。
24℃未満	21未満	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・塩分の補給は必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

（公財）日本スポーツ協会「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」（2019）より

○ 暑さ指数の実況と予測

https://www.wbgt.env.go.jp/wbgt_data.php#0

※ 札幌市の現時点での暑さ指数と3時間ごと、2日後までの予測が確認できます。
(参考—上記サイトから一部抜粋)

全国11か所の暑さ指数(WBGT)実測値

8月4日9時現在							
札幌	27.4	仙台	30.3	東京	30.4	新潟	30.2
名古屋	29.9	大阪	28.9	広島	28.1	高知	28.6
福岡	29.5	鹿児島	30.5	那覇	26.9		