

嶺南子ども園における熱中症対策

1 園児への指導

①いつでも、どこへでも水筒を持て行こう

いつでも水分補給できるよう活動場所に水筒を持っています。活動中、適宜、給水タイムを設定します。

②涼しい服装・帽子をかぶって活動しよう

暑さや活動に適した服装、汗の始末について指導をします。

③具合が悪くなったら必ず先生に知らせよう

具合が悪いなと感じたら、必ず先生に知らせるよう指導します。

④生活リズムを整えよう

ぐっすり眠り、朝ごはんを食べて登園できるよう指導します。

2 暑さ指数（WBGT）・気温に応じた対応

- ・活動場所の暑さ指数や気温を計測し、対応を判断します。
- ・熱中症警戒アラートなど、環境省発表の予測を参考にします。
- ・暑さに慣れていない時期や子どもの体調に応じて活動内容に変更します。

暑さ指数 WBGT	乾球 温度	日常生活における 注意事項	熱中症予防 運動指針	嶺南子ども園の 活動の目安
31 以上	35 ℃ 以上	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。特に乳児児童生徒の場合 は中止すべき。	運動は中止 ・涼しい室内など暑 さ指数 31 未満の場 所で活動する。
28～31	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。	・激しい運動はさける。 ・プールの水温 3 3℃ 以上の場合は プール遊びの中止 を検討する ・30 分以内の給水 タイムを設定する。
25～28	28 ～ 31 ℃	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（積極的に休養） 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。	・定期的に給水タイ ムを設定し、十分な 休憩をとる。 ・換気や扇風機を活 用する。
21～25	24 ～ 28 ℃	一般的に危険性 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。	・熱中症の兆候がな いか定期的に健康 観察を行う。 ・積極的に水分補給 を行うよう指導す る。