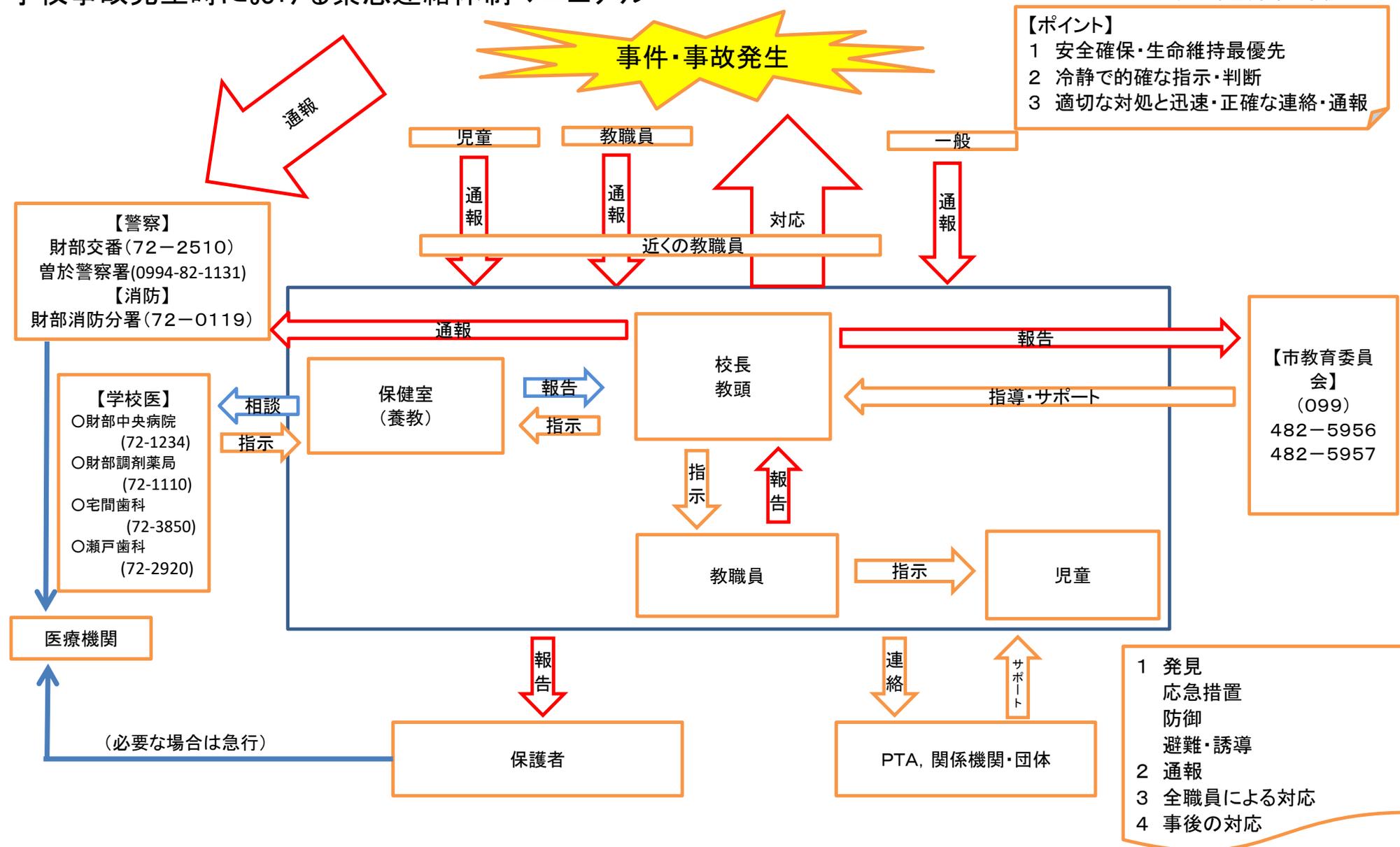


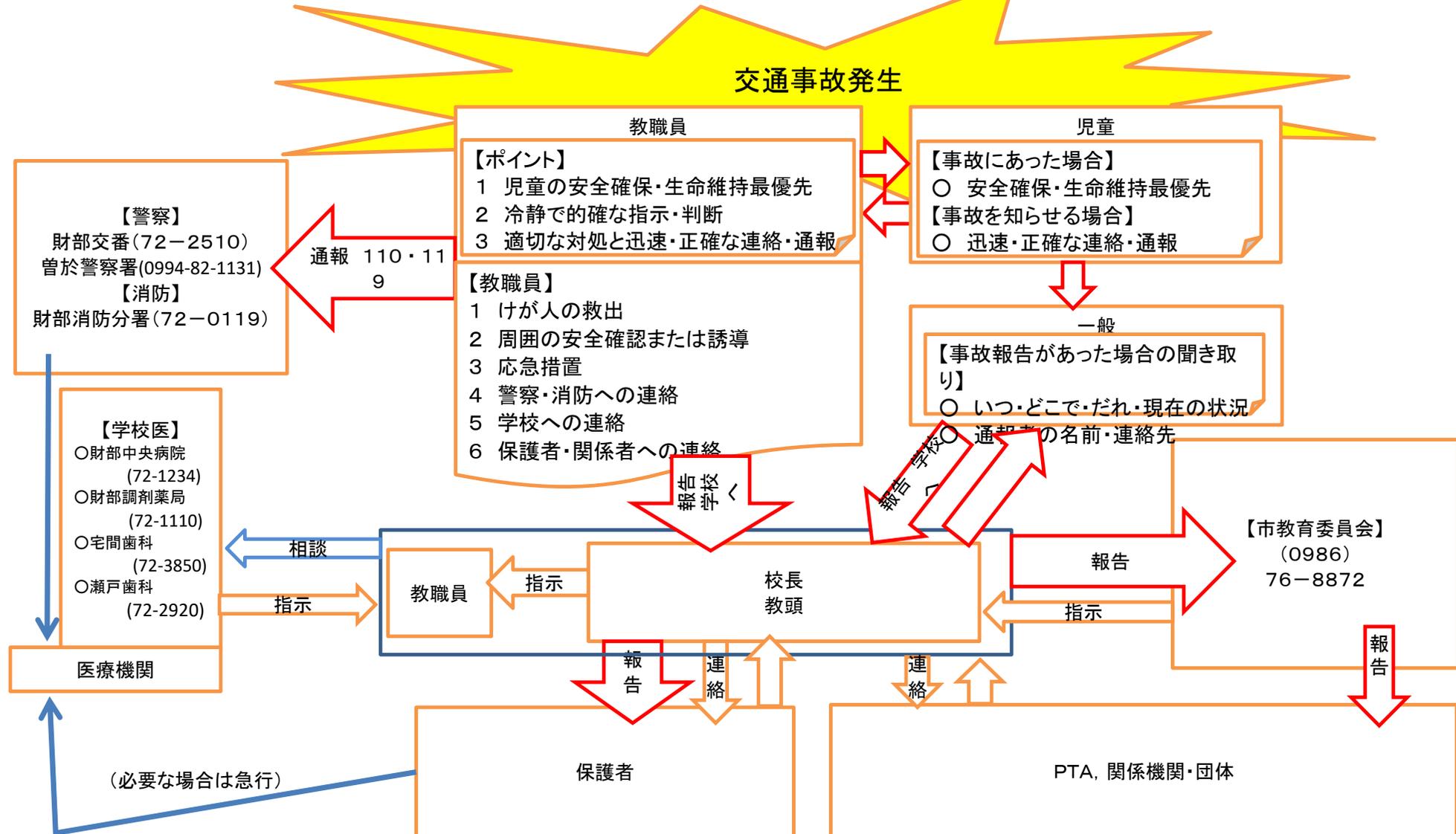
学校事故発生時における緊急連絡体制マニュアル

曾於市立財部小学校



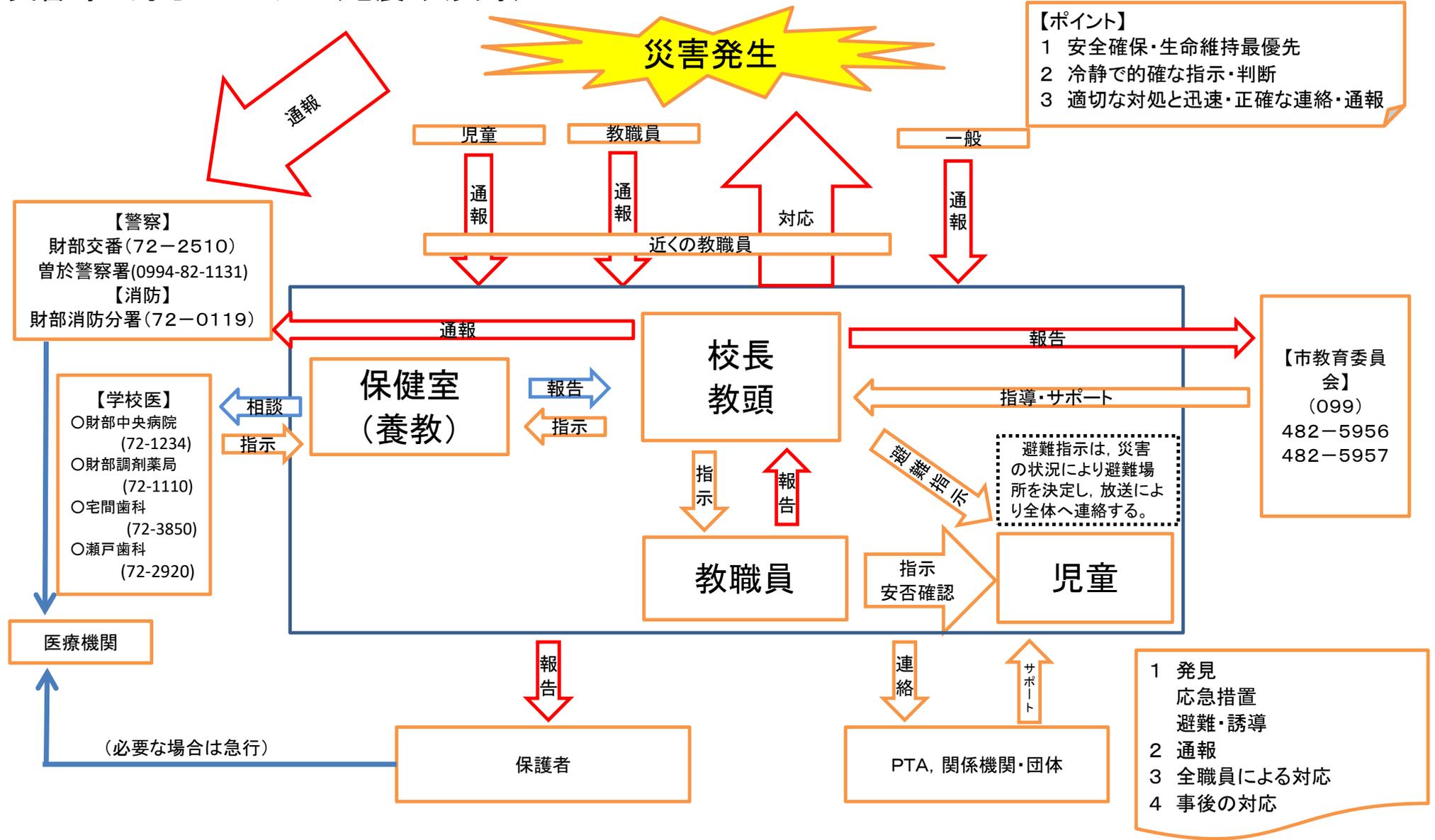
校外行事等における交通事故発生時の緊急対応マニュアル

曾於市立財部小学校



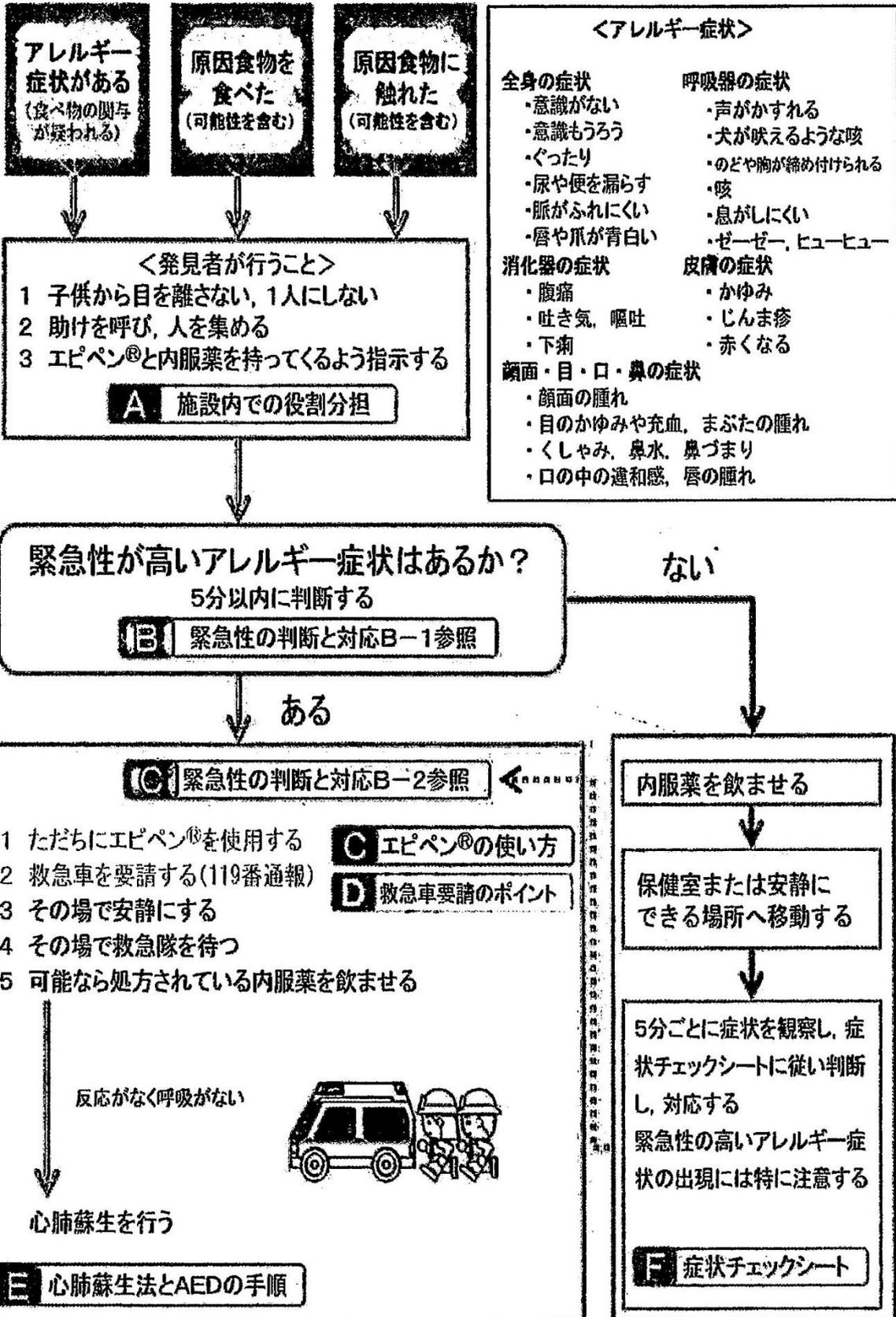
災害時の対応マニュアル(地震・火災等)

曾於市立財部小学校



食物アレルギー緊急時対応マニュアル

アレルギー症状への対応の手順



曾於市立財部小学校 熱中症対策ガイドライン

令和5年7月8日

1 熱中症について

(1) 熱中症とは

体温を平熱に保つために汗をかき、体内の水分や塩分（ナトリウムなど）の減少や血液の流れが滞るなどして、体温が上昇して重要な臓器が高温にさらされたりすることにより発症する障害の総称です。高温環境下に長期間いたとき、あるいはいた後の体調不良はすべて熱中症の可能性がありま

熱中症は、

- 死に至る可能性のある病態です。
- 予防法を知って、それを実践することで、完全に防ぐことができます。
- 応急処置を知っていれば、重症化を回避し後遺症を軽減できます。

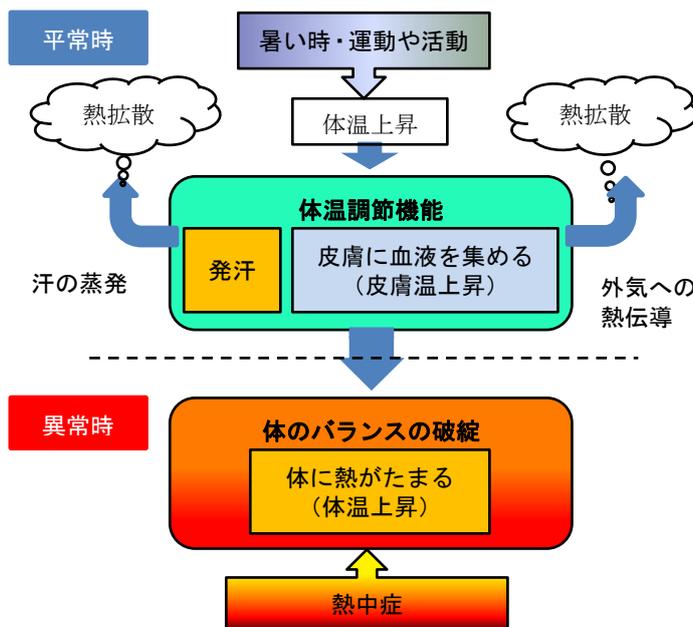


図1 熱中症の起こり方（環境省）

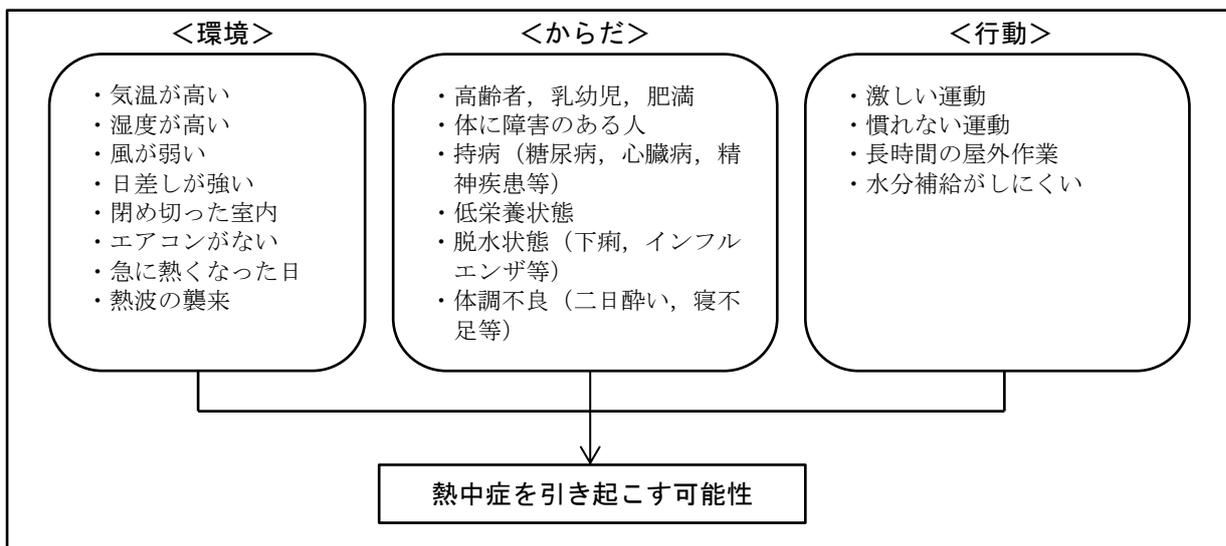


図2 熱中症を引き起こす要因（環境省）

(2) 学校の管理下における熱中症の発生状況

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全国で毎年5,000件程度発生しており、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3）

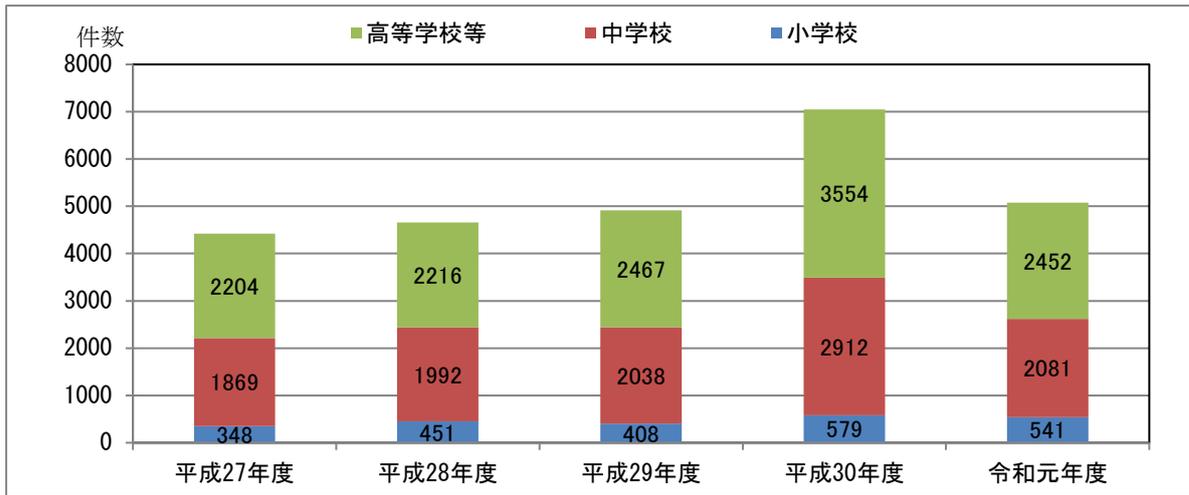


図3 学校管理下における熱中症の発生状況

(3) 熱中症の症状

日本救急医学会は2000年以降、熱中症の重症度を「具体的な治療の必要性」の観点から、図4のとおり、Ⅰ度（現場での応急処置で対応できる軽症）、Ⅱ度（病院への搬送を必要とする中等症）、Ⅲ度（入院して集中治療の必要性のある重症）に分類しています。

重症度を判定するときに重要な点は、意識がしっかりしているかどうかです。少しでも意識がおかしい場合には、Ⅱ度以上と判断し病院への搬送が必要です。「意識がない」場合は、全てⅢ度（重症）に分類し、絶対に見逃さないことが重要です。また、必ず誰かが付き添って、状態を見守ってください。



分類	症 状	症状から見た診断	重症度
Ⅰ 度	めまい・失神 「立ちくらみ」という状態で、脳への血流が瞬間的に不十分になったことを示し、“熱失神”と呼ぶこともあります。	熱失神	重症度
	筋肉痛・筋肉の硬直 筋肉の「こむら返り」のことで、その部分の痛みを伴います。発汗に伴う塩分（ナトリウム等）の欠乏により生じます。	熱けいれん	
	手足のしびれ・気分の不快	熱疲労	
Ⅱ 度	頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感 体がぐったりする、力が入らない等があり、「いつもと様子が違う」程度のごく軽い意識障害を認めることがあります。	熱射病	
Ⅲ 度	Ⅱ度の症状に加え、意識障害・けいれん・手足の運動障害 呼びかけや刺激への反応がおかしい、体にガクガクとひきつけがある（全身のけいれん）、真直ぐ走れない・歩けない等。 高体温 体に触ると熱いという感触です。 肝機能異常、腎機能障害、血液凝固障害 これらは、医療機関での採血により判明します。		

図4 熱中症の症状と重症度分類（日本救急医学会分類2015より）

2 熱中症予防のための指標①：暑さ指数（WBGT）について

(1) 暑さ指数（WBGT）とは

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。



【携帯型WBGT計】

(2) 暑さ指数（WBGT）に応じた行動指針

体育等の授業の前や運動会・体育祭，遠足をはじめとした校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，より安全に授業や活動を行うことができます。

暑さ指数	注意すべき※ ¹ 生活行動の目安	日常生活における注意事項※ 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高い。 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。	厳重警戒 激しい運動や持久走などは避ける。積極的に休息をとり，水分・塩分の補給を行う。暑さに慣れていない者は運動中止。
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息を取り入れる。	警戒 積極的に休息をとり，水分・塩分を補給。激しい運動では30分おきくらいに休息。
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 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・塩分補給。

(※¹) 日本生気象学会『日常生活における熱中症予防指針 Ver. 3』（2013）より

(※²) 日本体育協会『熱中症予防運動指針』（2019）より。

図5 暑さ指数（WBGT）に応じた注意事項（環境省）

3 熱中症予防のための指標②：熱中症警戒アラートについて

(1) 熱中症警戒アラートとは

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に，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時頃及び当日5時に発します。

【発表内容】アラートでは，次の内容を発表します。

- ① 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
- ② 府県予報区の観測地点毎の日最高暑さ指数（WBGT）
- ③ 暑さ指数（WBGT）の目安
- ④ 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値（5時発表情報のみ付記）
- ⑤ 熱中症予防において特に気をつけていただきたいこと

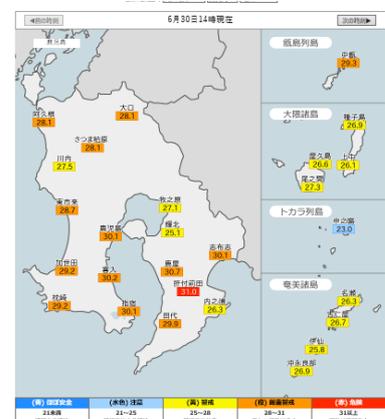


図6 熱中症予防サイト（環境省）

【伝達方法】

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。

4 熱中症予防について

(1) 熱中症予防の5つの原則

ア 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

- ・ 暑さ指数（WBGT）によりその日の環境条件を把握しましょう。
- ・ 暑い時期の運動はなるべく涼しい時間帯にする、激しい運動では休憩は30分に1回以上とることが望ましいとされています。
- ・ 水分補給には、塩分を補給できる経口補水液やスポーツドリンクなどが適しています。

イ 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、軽い短時間の運動から徐々に運動強度や運量を増やしていくようにしましょう。

ウ 個人の条件を考慮すること

- ・ 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しないことです。運動前、運動中、運動後の健康観察が重要です。

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注意が必要です



エ 服装に気を付けること

- ・ 皮膚からの熱の出入りには衣服が影響します。暑い時は、服装は軽装とし、吸湿性や通気性のよい素材のものが適切です。直射日光は帽子で防ぐようにしましょう。

運動時に身に付けるプロテクターや防具等の保護具は、休憩時にははずすか、緩めるなどし、体の熱を逃がすようにしましょう。

オ 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

- ・ 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、必要な処置をとるようにしましょう。

体育・スポーツ活動など学校生活の中で、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が最適です。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ですので、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、体温を下げるのが重要です。重症者を救命できるかどうかは、いかに早く体温を下げるができるかにかかっています。

(2) 「新しい生活様式」における熱中症対策のポイント

マスクの取り外しについては、活動の様態や児童生徒等の様子なども踏まえ、活動現場で臨機応変に対応することが必要です。

○ 気温・湿度や指数(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、マスクを外させてください。

※ 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おそれがあります。 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することが望ましいですが、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させてください。

※ 児童生徒等本人が暑さで息苦しいと感じた時などには、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に指導する必要があります。

※ 登下校中には、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おそれがあります。 このため、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、マスクを外すように指導します。小学生など、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供へは、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。

○ 体育の授業においては、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取れない状況で、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。

* 「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～『新しい生活様式』～」
2021.4.28 Ver 6より



5 熱中症発生時の対応

(1) 対応の仕方を判断する3つのポイント

熱中症が疑われる時には、放置すれば死に至る緊急事態であることをまず認識しなければなりません。重症の場合には診療所に連絡し、現場ですぐに体を冷却する必要があります。

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、少しずつ水分の補給を行います。この際、症状が改善するかどうかは、診療所搬送を判断するためのポイントとなりますので、必ず、誰かが付き添うようにします。診療所に搬送するかどうかの判断のポイントを以下に示します。

重症度(救急搬送の必要性)を判断する3つのポイント



- ① 意識がしっかりしているか
- ② 水を自分で飲めるか
- ③ 症状が改善したか

(2) 熱中症対応の流れ（「スポーツ事故対応ハンドブック」日本スポーツ振興センター）より）

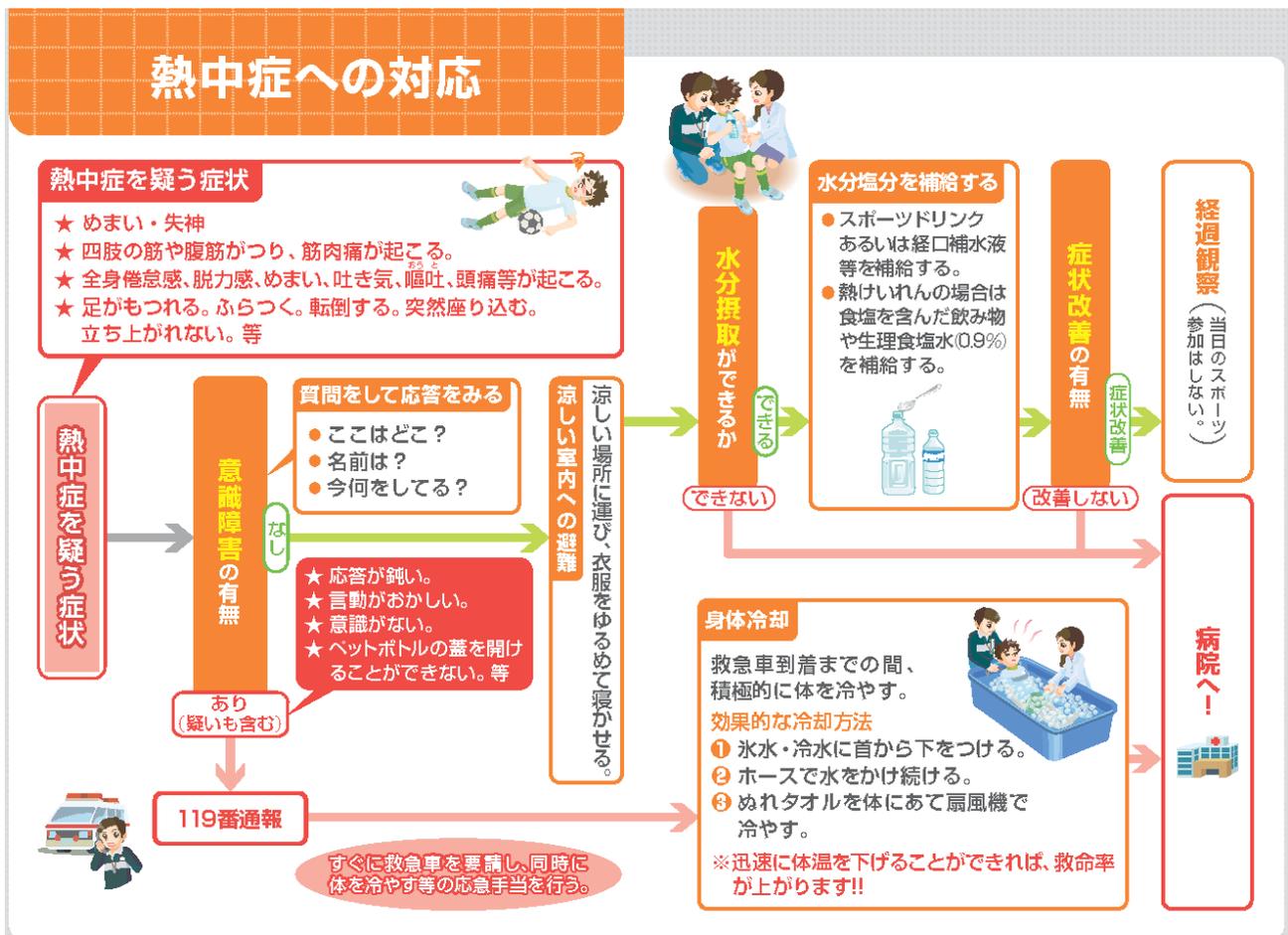


図7 熱中症への対応の流れ

(3) 緊急時の学校の体制づくり

緊急事態に迅速かつ的確に応急処置を講じるため、以下①～④について学校の体制を確立する必要があります。

- ① 熱中症発生時の教職員の役割分担を定め、全員が理解しておくとともに、職員室、保健室及び事務室等の見やすい場所に掲示する。
- ② 緊急時に連絡する診療所、校内（管理職・養護教諭・学年主任等）及び関係諸機関等の所在地及び電話番号などを掲示する。
- ③ 「熱中症の応急処置フロー図」をもとに、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にしておく。
- ④ 救急搬送の必要な者が出た場合に備え、各種行事前に各診療所と連携しておく。

<参考文献>

- 「熱中症環境保健マニュアル 2018」 環境省 平成 30 年 3 月
- 「学校における熱中症対策ガイドライン作成の手引き」 環境省・文部科学省 令和 3 年 5 月
- 「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～『新しい生活様式』～」 令和 3 年 4 月 28 日 Ver6
- 「スポーツ事故ハンドブック」日本スポーツ振興センター 令和 2 年 12 月
- 「横浜市立学校 熱中症対策ガイドライン」横浜市教育委員会事務局 令和 2 年 5 月

曾於市立財部小学校 熱中症対策ガイドライン【概要版】

1 熱中症の症状（本編 P2 参照）

- | | | |
|------------|-----------------|---------------|
| I 度（軽 傷） | ・手足がしびれる | ・めまい立ちくらみがある |
| II 度（中等症） | ・筋肉のこむら返りがある | ・気分が悪い、ボーっとする |
| III 度（重 症） | ・頭ががらがんする（頭痛） | ・吐き気がする・吐く |
| | ・体がだるい（倦怠感） | ・意識が何となくおかしい |
| | ・意識がない | ・体がひきつる（けいれん） |
| | ・呼びかけに対し返事がおかしい | ・体が熱い |
| | ・まっすぐ歩けない・走れない | |



重症度（救急搬送の必要性）を判断するポイント

- 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？

2 熱中症予防の指標等（本編 P3, 4 参照）

【暑さ指数（WBGT）に応じた注意事項】

- 31℃以上 → 原則運動禁止
- 28～31℃ → 厳重警戒（激しい運動は中止）
- 25～28℃ → 警戒（積極的に休息）
- 21～25℃ → 注意（積極的に水分補給）

【熱中症警戒アラートの活用】

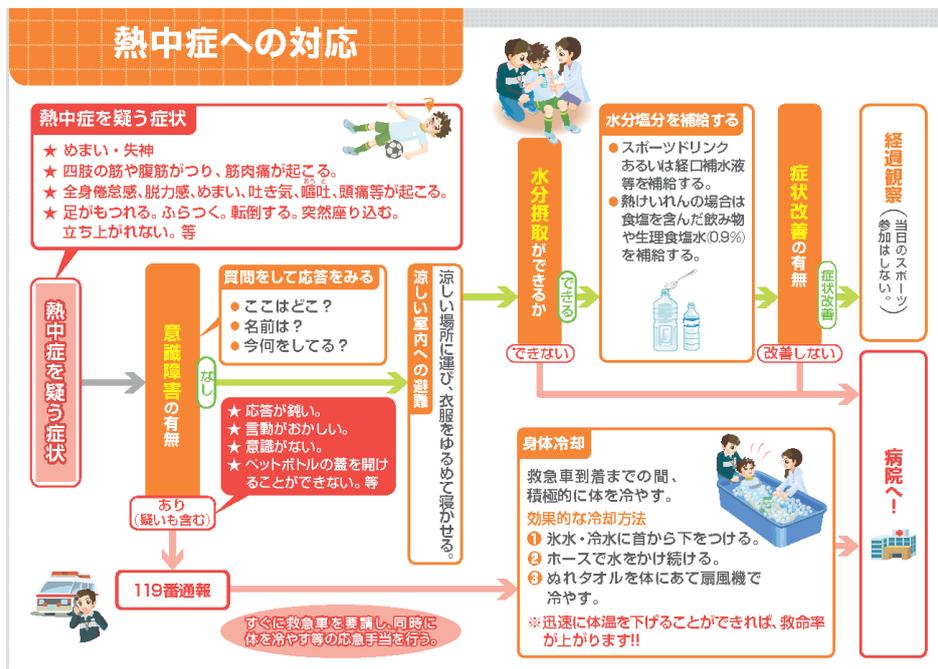
府県予報区内の暑さ指数（WBGT）予測地点のいずれかにおいて、翌日の日最高暑さ指数（WBGT）を 33 以上と予想した日（前日）の 17 時頃及び当日 5 時に発せられる

3 熱中症予防対策【熱中症予防の 5 つの原則】（本編 P4, 5 参照）

- ア 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
- イ 暑さに徐々に慣らしていくこと
- ウ 個人の条件を考慮すること
- エ 服装に気を付けること
- オ 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



4 熱中症の症状が出た場合の対応（「スポーツ事故対応ハンドブック」日本スポーツ振興センター より）



別紙「熱中症の応急処置フロー図」参照

熱中症の応急処置フロー図

【注意点】
 *安易に大丈夫と判断しない。
 *既往症等を確認する。
 *管理職、養護教諭等に速やかに報告、保護者に連絡する。
 *チームで対応する。

<チェック1> 熱中症を疑う症状がある

- めまい、失神、筋肉痛、四肢や腹筋のけいれん
- 大量の発汗、頭痛、吐気、嘔吐、倦怠感・脱力感、頻脈、顔面蒼白
- 手足の運動障害（足のもつれ・ふらつき、転倒、突然の座り込み、立ち上がれない）
- 高体温

<チェック2>
 意識はあるか？呼びかけに答えるか？
 「ここはどこ？」「名前は？」
 「今、何している？」

- 応答が鈍い
- 言動がおかしい
- 意識がない

119番に連絡

応答あり

- 【涼しい場所への避難】**
- 冷房の効いた室内、風通しの良い日かげに運ぶ
 - 衣類を緩めて、寝かせる
 - 一人にしない



- 救急車が来るまで
【涼しい場所への避難】【脱衣と冷却】
- 冷房の効いた室内、風通しの良い日かげに運ぶ。
 - 衣類を緩めて、寝かせる。
 - 一人にしない。
 - 到着までの間、積極的に体を冷やす。
 - ホースで流水をかけたり、濡れたタオルを当てたりして、扇風機などで強力に扇ぐ。
 - 氷、アイスパック、保冷剤などで、首のつけ根、わきの下、足のつけ根など太い血管を冷やす。

<チェック3> 自分で水分摂取できるか？

- 摂取できない

119番に連絡

摂取できる

- 【水分・塩分の補給】**
- スポーツドリンクを飲ませる。
 - 経口補水液を学校に常備する。
 - 0.1～0.2%の食塩水を飲ませる。
 (塩分濃度が高い味噌汁やスープにすると飲みやすい。)

<チェック4> 症状がよくなったか？

- 症状が改善しない

119に連絡

医療機関受診
 財部中央病院
 72-1234

改善している

- 【経過観察】**
- 安静にして、十分に休憩させる。
 - こまめに体温を測定する。

教育委員会に報告

曾於市教育委員会 0986-76-8872