

ICT を活用した中学校体育館の夜間開放  
利用者の皆様

神戸市教育委員会事務局総務部  
総務課課長（政策調整担当）

## 熱中症の事故防止について

猛暑が続く中、熱中症での事故の危険性が高まっております。

ICT を活用した中学校体育館の夜間開放 利用者の皆様方には、これまでも事故防止に努めていただいておりますが、今後も引き続き予防対策を行い、緊急時の対応を確認していただきますようお願いいたします。

特に、下記事項は命にかかわることから周知徹底し、児童生徒含む利用者の皆様の命を守る対策をお願いいたします。

### 記

- 1 記録的猛暑により、身体に負担がかかりやすくなっているため、水分・塩分補給や健康観察を行い、**活動の中止も選択すること**
- 2 活動にあたっての留意点（実施可否の判断を含む）
  - （1）活動前日には、下記環境省ホームページにおいて「熱中症特別警戒アラート」や「熱中症警戒アラート」、「神戸市の暑さ指数」予測を確認し、翌日の活動に備えること
  - （2）当日においても、活動実施時間に「神戸市の暑さ指数」が 31 以上になった場合は、活動の継続・中止の判断をすること
- 3 熱中症対策については、活動場所への移動を含めて対応し、また、活動終了後にも適宜水分補給を行い、休息をとるなどして帰宅すること
- 4 空調機を適切に使用するとともに、室温が高い場合には活動を中止すること
- 5 気温・温度や暑さ指数が高い状況下においては、熱中症対策を優先し、マスクを外すこと

環境省熱中症予防情報サイト <https://www.wbgt.env.go.jp/alert.php>

神戸市情報 [https://www.wbgt.env.go.jp/graph\\_ref\\_td.php?region=07&prefecture=63&point=63518](https://www.wbgt.env.go.jp/graph_ref_td.php?region=07&prefecture=63&point=63518)

## ○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	嚴重警戒 (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 ]

## ○日常生活に関する指針

温度基準 (WBGT)	注意すべき 生活活動の目安	注意事項
危険 (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大きい。 外出はなるべく避け、涼しい室内に移動する。
嚴重警戒 (28～31) ※1		外出時は炎天下を避け、室内では室温の上昇に注意する。
警戒 (25～28) ※2	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憩を取り入れる。
注意 (25未満)	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。

※1 28以上31未満、※2 25以上28未満を示します。

[ 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 ]

【担当】 総務部総務課政策係  
電話 078-984-0615