

熱中症対策チェックリスト（参考）

- ※ **活動する場所の、暑さ指数（WBGT）31以上では、活動の変更・中止を検討します。**
活動する場所の、暑さ指数（WBGT）33以上では、原則、活動を中止します。
- ※ 活動を実施・継続する場合、次のチェックリストを参考に対策の徹底を行います。

体制整備ができていますか

- 管理職の許可があるか。責任者の所在が確認できるか。
- 救急体制の確保ができていますか。緊急時指導者複数対応の確保ができていますか。
- 熱中症への対応ができるか。一時救命措置かつ熱中症対処に詳しい者がいるか。

環境整備ができていますか

- 活動する場所において暑さ指数の測定を行っているか。（こまめな測定をしているか。）
- 空調、扇風機、ミストシャワー、こまめな放水（外の活動）等の冷却対策がとられているか。
- 遮光場所（テント、日陰）及び休憩場所が確保できているか。
- クーラーボックス（冷却保管庫）を設置しているか。
- 保冷効果（氷、アイスパック、冷却タオル等）のあるものを活用しているか。
- 空調の効いた部屋の確保ができていますか。

活動環境への配慮ができていますか

- 健康観察（体調＜頭痛、下痢、疲労等＞、睡眠時間＜寝不足＞、食事＜空腹＞等の確認）が十分になされたか。健康観察をこまめに行っているか。
- 体調不良を言い出せる環境であるか。
- 服装（帽子、シャツ、ハーフパンツ、マスク等）を確認し、遮光性・通気性・透湿性の対策が取られているか。
- プロテクターや防具等の保護具をこまめに取り外しているか。
- 活動時間を短縮し、休憩時間を延長しているか。
- 水分・塩分をこまめに補給しているか。
- 激しい運動を中止し、負荷のかかる運動を連続的にしていないか。
- 活動後のクールダウンを徹底しているか。

- ※ 原則、各学校の「危機管理マニュアル（熱中症対策管理マニュアル）」に基づいて、対応します。