

熱中症予防・対応
マニュアル

～児童生徒の命を守ることを最優先とする～



基本方針

- ✓ 命を守ることを最優先とする。
- ✓ 暑さ指数(WBGT)に基づき教育活動を判断する。
- ✓ 無理をさせない・我慢をさせない。
- ✓ 個人差に配慮し、体調変化に早期に気付く。
- ✓ 全職員が共通理解し、組織的に対応する。

作成・改訂：令和8年 7月
宜野湾市立真志喜中学校

① WBGT (暑さ指数) による活動基準

環境省の「暑さ指数 (WBGT)」を基準に、教育活動の可否を判断します。

WBGT (°C)	レベル	部活動 (運動部)	体育授業	学校行事 (屋外)	授業 (一般)	対応の目安
21未満	ほぼ安全	○	○	○	○	通常活動でよい こまめに水分補給
21～25	注意	○	○	△	○	十分な水分・塩分補給 積極的に休憩
25～28	警戒	△	△	△	○	積極的休憩・水分補給 活動内容に配慮
28～31	厳重警戒	△	△	△	○	激しい運動は中止 活動時間を短縮 内容を変更
31～32	危険	△	△	△	△	原則中止 必要最小限の活動のみ
32以上	非常に危険	×	×	×	○	運動・体育・部活動 屋外活動は中止

熱中症特別警戒アラート発表時

すべての教育活動 (体育・部活動・学校行事・登下校を含む) を中止します。

※活動場所の測定値とします。Googleチャットで、全体へお知らせします。

② 組織体制と役割

- 校長** 教育活動全般の最終判断
中止・延期等の決定
- 副校長・教頭** 校内調整・情報
教育委員会との連絡調整
- 保健主事** WBGT測定・記録
情報共有 (Googleチャット)
- 養護教諭** 健康観察・応急処置
保護者連絡・記録
- 体育主任** 体育授業の実施判断
指導・安全管理
- 部活動顧問** 部活動の実施判断
活動前後の健康観察
- 学級担任** 健康観察・生活指導
保護者との連絡

③ 朝の判断フロー (毎朝7:30までに実施)



④ 登下校時の対応

- ・ 帽子の着用を推奨します。
 - ・ 日傘の使用を認めます。
 - ・ ネッククーラー等の冷却用品の
使用を認めます。(登下校時のみ使用)
 - ・ 水筒を持参し、こまめに水分補給を
しましょう。
 - ・ 体調が悪い場合は無理をせず、
保護者へ連絡しましょう。
- 学校の取組**
- ・ 登校時すぐに水分補給の時間を設けます。
 - ・ ミスト・冷却設備等を活用します。
 - ・ 通学路の安全確認と見守りを行います。

⑤ 教室での対応

- ✓ エアコンを適切に運転する (目安：26～28℃)
 - ✓ サーキュレーターを併用し、空気を循環させる。
 - ✓ CO₂濃度に配慮し、適切に換気を行う。
(休み時間・授業の合間)
 - ✓ こまめに水分補給の時間を確保する。
 - ✓ 生徒の様子を観察し、
体調変化に早期に気付く。
 - ✓ 気温やWBGTの変化に応じて
授業内容を調整する。
- 教室の環境目安**
- ・ 室温：26℃以下を目安に
 - ・ 湿度：50～60%程度
 - ・ CO₂濃度：1,000ppm以下を目安に

⑥ 体育授業での対応

- 授業前 (準備)**
- WBGTを確認する。
 - 生徒の健康状態を確認する。
 - 水分補給を行う。
 - 運動強度・時間を調整する。
- 授業中 (実施)**
- 約15分ごとに休憩をとる。
 - 日陰を確保する。
 - 生徒の様子を観察する。
 - 水分・塩分補給する。
- 授業後 (まとめ)**
- クールダウンを行う。
 - 体調を確認する。
 - 水分補給と十分に行う。
 - 記録を取る。

代替授業の例 (WBGTが高い場合など)

- ・ ルール・戦術学習
- ・ 保健学習
- ・ 動画視聴・分析
- ・ ICT教材での学習
- ・ 作戦・振り返り学習

⑦ 部活動での対応 (運動部)

- 活動前**
- WBGTを確認する。
 - 健康観察を行う。
 - 水分補給を行う。
 - 活動内容・
時間を調整する。
- 活動中**
- 約15分ごとに休憩をとる。
 - 水分・塩分をこまめに補給する。
 - 生徒の様子を観察する。
 - 必要に応じて練習内容を
適宜変更する。
- 活動後**
- 健康状態を確認する。
 - クールダウンを行う。
 - 水分補給を十分に行う。
 - 必要に応じて保護者へ
連絡する。

夏休み・休日・大会・遠征時の配慮

- ・ 長時間の活動や炎天下での練習を避ける。
- ・ 活動の合間にはエアコン・換気を確保する。
- ・ 大会主催者の暑さ対策規定を必ず確認する。
- ・ 遠征時の移動時に配慮し計画する。

⑧ 学校行事での対応

- 体育祭・校外学習・修学旅行等においても、WBGT基準を適用します。
- ✓ 事前にWBGTを確認し、
活動計画を見直す。
 - ✓ こまめな休憩と
水分補給を確保する。
 - ✓ 日程変更や内容変更も
検討する。
 - 生徒の体調管理を
徹底させる。

⑨ 水泳授業での対応

- 原則**
- 気温+水温が65℃以上の場合には入水しない。
 - プールサイドに日陰やテント設置を検討する。
 - 複数の教員と救助体制を整える。
 - 異常時は直ちに授業を中止し、見学者は
すぐに出発する。
- 追加**
- 活動前に水分補給を行う。
 - 活動中にこまめに休憩・給水する。
 - 日陰を観察し、無理のない内容とする。
- 共通**
- シャワーで体を冷やす。
 - 健康観察を行う。
 - 必要時は保護者へ連絡する。

⑩ 熱中症の症状と対応



※判断に迷う場合は119番通報を優先します。



⑪ 熱中症発生時の対応フロー



熱中症は予防が第一です！ こまめな水分補給・休憩・体調管理を徹底し、生徒の命を守りましょう。