

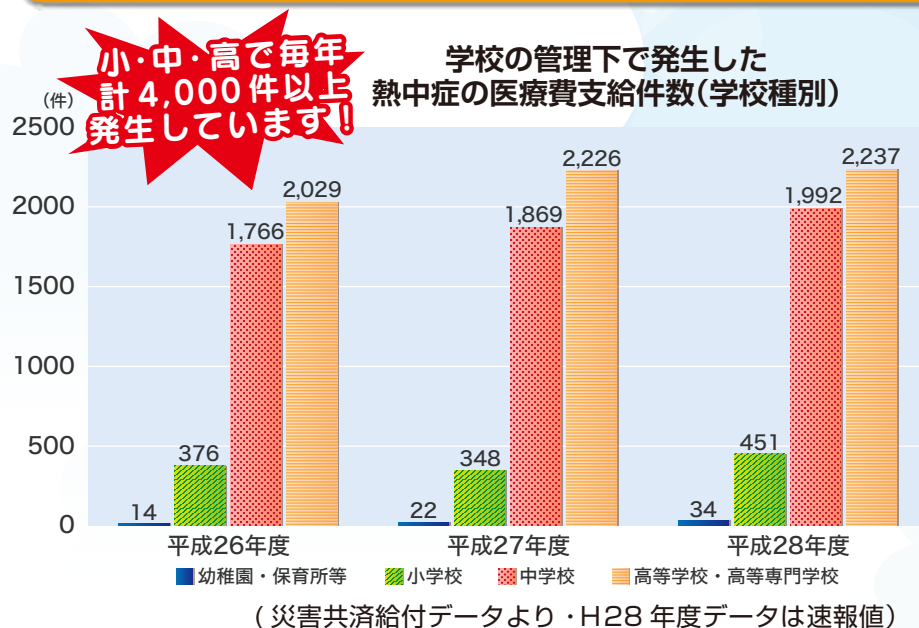
熱中症に注意しよう

- ① 直射日光の下で、長時間にわたる運動やスポーツ、作業をさせることは避けましょう。
- ② 屋外で運動やスポーツ、作業を行うときは、帽子をかぶらせ、できるだけ薄着をさせましょう。
- ③ 屋内外にかかわらず、長時間の練習や作業は、こまめに水分(0.1～0.2%食塩水あるいはスポーツドリンク等)を補給し適宜休憩を入れましょう。また、終了後の水分補給も忘れないようにしましょう。
- ④ 常に健康観察を行い、児童生徒等の健康管理に注意しましょう。
- ⑤ 児童生徒等の運動技能や体力の実態、疲労の状態等を把握するように努め、異常が見られたら、速やかに必要な措置をとりましょう。
- ⑥ 児童生徒等が心身に不調を感じたら申し出て休むよう習慣付け、無理をさせないようにしましょう。

肥満傾向の人、体力の低い人、暑さに慣れていない人、体調の悪い人には特に注意が必要です!



「熱中症を予防しようー知って防ごう熱中症ー」より



死亡事例

午前中は、県強化普及練習会に参加し、寝技と立技の乱取を実施した。午後3時から、各自のペースでランニングをした後、ダッシュとジョグのインターバルトレーニングを実施した。3本目を終えたところで、本生徒が練習から離脱し休んだ。5本目終了時に自力でスタートラインに戻ってきた様子を見て、練習を切り上げて寮に帰宅する指示をした。その後、コーチがサイクリングロードで倒れている本生徒を発見した。病院に搬送後、熱射病と診断され治療を受けたが、数日後に死亡した。

(発生月：8月 柔道部・高1・男子)

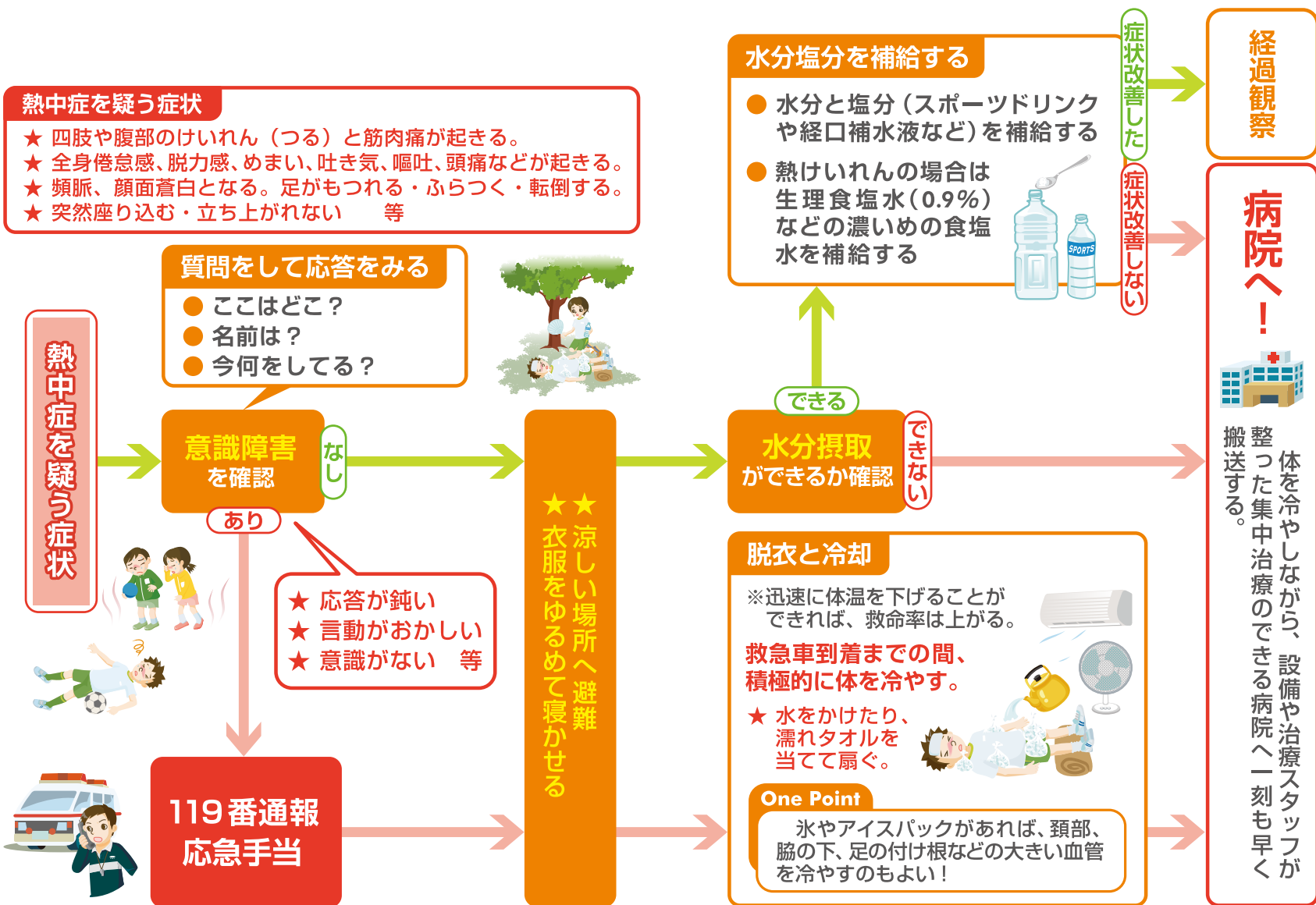
集団発生

総合的な学習の時間に体育館で講話を聞いていた。講話が終わり教室に戻ったが、そこで頭痛、吐き気がしてきた。同様の症状で22名が病院に搬送された。

(発生月：7月 中2・女子)

(学校事事故例検索データベース・災害共済給付データより)

熱中症対応フロー



(出典：スポーツ事故防止ハンドブック)