

令和2年（2020年）6月29日

保護者の皆様

市立札幌大通高等学校  
校長 網谷和彦

### 新型コロナウイルス感染症対策に配慮した熱中症対策について（お願い）

保護者の皆様には、日頃より本校の教育活動にご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。

本校では6月15日より、新型コロナウイルス感染症感染防止のできる限りの対策を取りながら、通常の教育活動を進めております。

さて、これからの本格的な夏を迎えるにあたり、熱中症が心配される時期となりました。新型コロナウイルス感染症への対策を配慮した熱中症の対策について、生徒の皆さんおよび教職員の健康を最優先に、下記のとおり対応いたします。

なお、生徒の皆さんには『保健室だより「健康応援団！」』で「熱中症を予防しよう」と題し、熱中症予防と応急処置を周知いたしました。保護者の皆様もぜひご覧ください。

保護者の皆様には、この対応についてのご理解とご協力をお願い申し上げます。

### 記

#### 1 熱中症防止のための対応について

- ① 授業時において、生徒の皆さんにはこまめに水分補給を促します。また、教職員もこまめに水分補給を行います。水分補給の内容は『保健室だより』をご確認ください。
- ② 授業時において、うちわや扇子は使用してもよいことといたします。
- ③ 体育の授業や、教室内の授業で気温や湿度の状況により熱中症を誘発する可能性が高いと判断した場合には、新型コロナウイルス感染症対策に配慮したうえで、マスクをはずす指示をすることがあります。（文部科学省のマニュアルに基づく対応）。

新型コロナウイルス感染症感染防止により、マスクの着用をお願いしておりますが、息苦しさを感じたときなどはマスクを外して呼吸を整えるよう、生徒の皆さんに促す対応をいたします。マスク着用の体温上昇による熱中症リスクを防ぐため、おおむね9月末まではこのように対応いたします。

#### 2 お子様の健康状態の把握について（引き続きお願いいたします）

- ① ご家庭での検温（朝・晩）と健康観察について、配布の健康記録表へ記入を引き続きお願いいたします。
- ② お子様や同居のご家族の方に、発熱・風邪の諸症状が見られる場合には、登校せずにご家庭での休養をお願いいたします。
- ③ お子様に基礎疾患があり登校に不安がある場合や、こころの状態が心配され、いつもと違う様子が感じられましたら、ご相談下さい。

# 熱中症を予防しよう

## 《 熱中症による危険な身体症状 》

- 軽症 I度 めまい 筋肉痛 手足がつる・しびれる
- ↓
- II度 頭痛 だるさ 吐き気 嘔吐
- ↓
- 重症 III度 呼んでも反応しない けいれん 高体温



## 《 予防対策 》

- ①のどが乾いたと感じる前に、こまめに水分補給をしましょう。
- マスクをしていると、のどのかわきに気づきにくいので、咳エチケットに気をつけながら、時々、外して深呼吸をしましょう。
- 水分補給には、水・麦茶・スポーツドリンクなどがおすすめです。
- 汗を多くかいた時は、塩分も補給すると良いです。
- エナジードリンク・コーヒーや紅茶・コーラなどのカフェインが多く含まれるものは、脱水症状になりやすいため、注意しましょう。
- ②無理をせず、涼しい場所で休けいを取りましょう。上着を脱ぐなど、うす着になりましょう。

### 応急処置は…

校内で体調不良者を発見した時は、すぐに応急処置を。  
近くの人に伝えて、先生を呼びましょう!!

### Fluid 水分補給

●冷たい水、スポーツドリンクなどを自分で飲ませる

無理に飲ませるのはダメ

### Icing 冷却

- 涼しい場所に避難する
- 衣服をゆるめる
- 氷のうで冷やす

★ぬれタオルを皮ふに当て、うちわであおぐ方法もあります

### Rest 安静

●脳への血流を確保するため足を高くする

### Emergency 119番通報

●自力で水分補給できないときや意識がおかしい場合はすぐ119番通報