

活動時の子ども達への健康配慮のお願い(熱中症・感染症など)

日頃より、子ども会活動にご尽力戴き ありがとうございます。

7月20日より市内小・中学校も夏期休業となり、各地区子ども会に於かれましては夏祭り・盆踊りなど、イベント開催の計画を進めている事と思います。

しかしながら、関東地方は梅雨明け宣言以降、東京・千葉など松戸市近郊では猛暑が続く異常気象となっており、千葉県では「熱中症警戒アラート」が連日発令され、熱中症による健康被害が発生する恐れがあります。危険な時間帯などの運動(活動)を控え十分な対策を講じるようお願い致します。

以下に具体的な対応など「熱中症予防：運動指針」を示します。

【熱中症指標】環境省発表の「WBGT(暑さ指数)」：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℃以上 35℃未満	28 以上 31 未満	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℃以上 31℃未満	25 以上 28 未満	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℃以上 28℃未満	21 以上 25 未満	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。

暑さ指数 (WBGT)：人体と外気との熱のやりとり (熱収支) に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい ①湿度、②日射・輻射(ふくしゃ)など周辺の熱環境、③気温の3つを取り入れた指標で「気温」とは異なります。

「熱中症予防：運動指針」に示す様に、ソフトボール・ドッジボールなど、スポーツ活動に於いては指標内容を十分考慮し、子ども達の「健康」を最優先で活動計画の見直し・延期・中止など、再構築を図ってください。

育成者の皆様も自身の「安全と健康」に留意して、活動のご支援をお願い致します。

【感染症について】

上記、熱中症の他に 感染症流行の懸念が報じられております。

- ・新型コロナ：第11波 オミクロン派生型 (KP.3) 感染力が極めて高い
- ・手足口病・ヘルパンギーナ・プール熱・インフルエンザ など

- ① 手洗い・手指消毒などの基本的な感染対策が有効
- ② 状況により、マスク着用
夏期は息苦しさなども有り、熱中症との兼合いを考慮してください。
- ③ 健康状態の確認
異常を感じたら、適切な場所で休息し、医療機関への速やかな受診をお願いします。

子ども達の健康に留意し、安全と健康 第一で 夏期活動の実施をお願い致します

以 上