



あつくなってきたら・・・

ねっちゅうしょうにちゅういしょう!



WBGT 指数^{しすう}をさんこうにしてみよう

25℃未満	25～28℃	28～30℃	31℃以上
ちゅうい 注意	けいかい 警戒	げんじゆうけいかい 嚴重警戒	きけん 危険



あずま南小学校教室掲示用

ぐあいかわるいときは
むりをしない

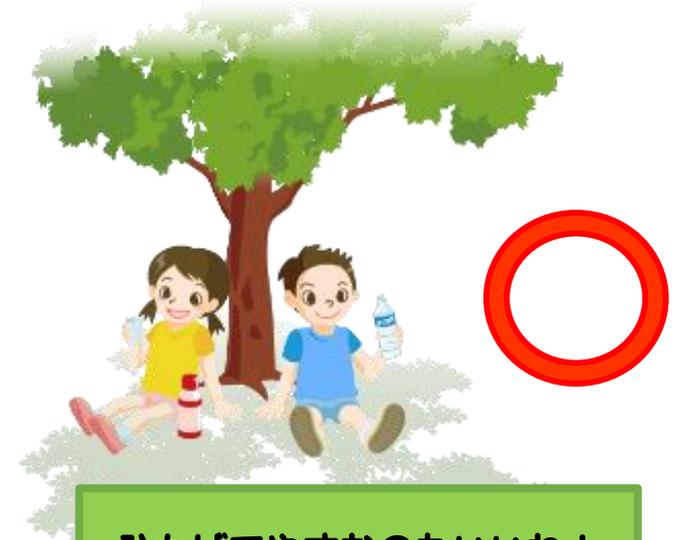


ぼうしをわすれずに!

こまめにすいぶんをとろう!



すずしいふくそうで!



ひかげでやすむのもいいね!

あずま南小 熱中症対応マニュアル

【熱中症(疑いのあるときも含む)対応】



意識がない → 救急車を要請する (119番)

(嘔吐物をつまらせないように体は左側を上にして横向きにさせる。水分補給はしない。)

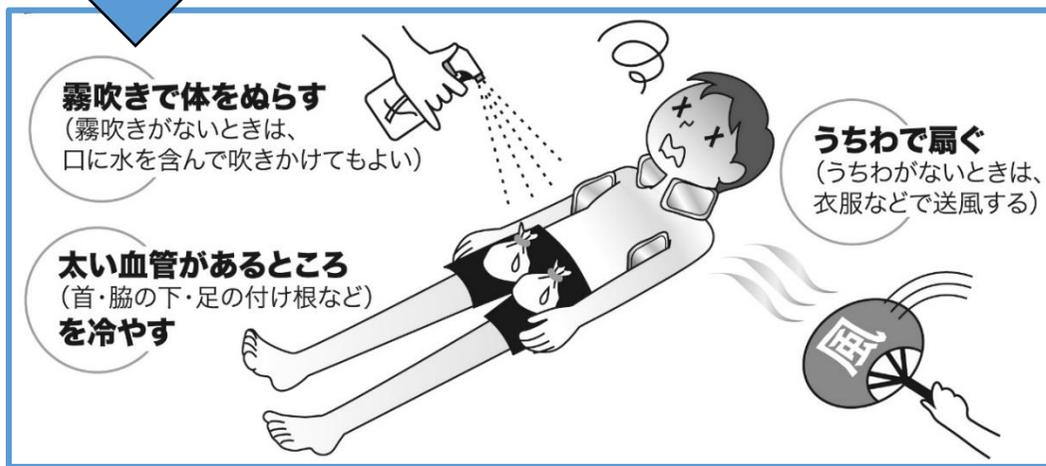
意識あり → ①涼しい所へ避難 ②足を高くし、寝かせる

③衣服をゆるめる ④水分補給(経口補水液で)

④冷やす

(首や脇の下、太ももの付け根の太い血管のあるところ)

※必ず応援をよんで複数で対応!! 時系列で記録しておく!



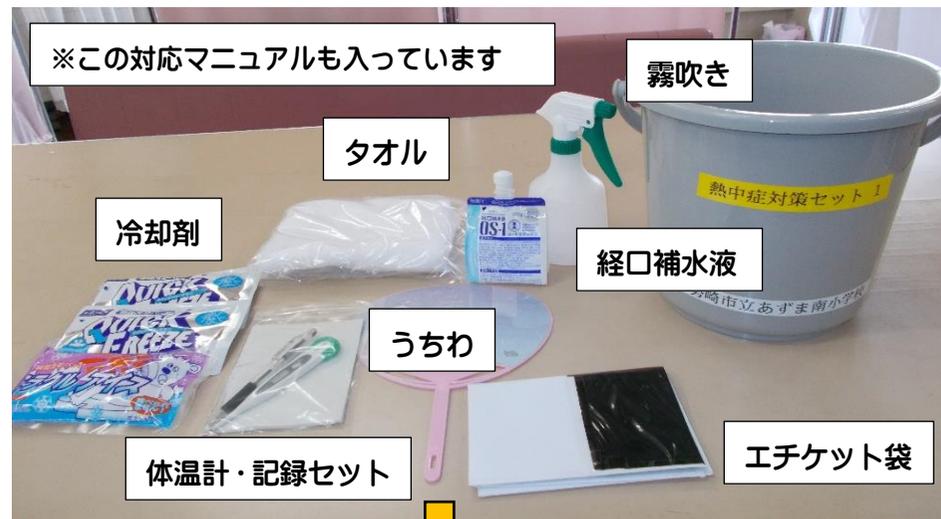
～ 熱中症(脱水状態)を見分けるポイント～

- ①爪を指で押して爪の色が白からピンク色に戻るまで2秒以上かかる。
- ②手足が冷たくなっている。
- ③舌が乾いている。
- ④手の甲をつまんで盛り上がった皮膚がすぐに元に戻らない。

分類	症状	重傷度
I度	めまい・立ちくらみ・筋肉痛・筋肉の硬直・汗がとまらない	
II度	頭痛・吐き気・嘔吐・倦怠感・虚脱感	
III度	意識がない・けいれん・高体温 呼びかけに対し返事がおかしい まっすぐに歩けない、走れない	



熱中症対応セット



セットはここにありません!

- 【1】 → 校庭用(職員室)
- 【2】 → 体育館用(体育館)
- 【3】 → プール用(保健室保管)
- 【4】 → 1階用①(1階多目的コーナー)
- 【5】 → 1階用②(なかよし)
- 【6】 → 2階用①(2階多目的コーナー)
- 【7】 → 2階用②(2階教材室)
- 【8】 → 3階用①(3階多目的コーナー)
- 【9】 → 3階用②(3階教材室)
- 【10】 → 保健室用(保健室)