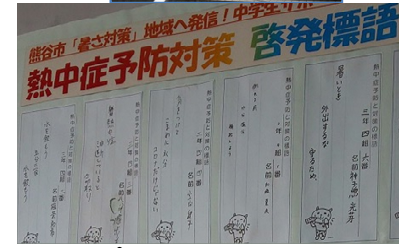


「暑さ対策」中学校委員会活動支援事業報告書
兼「暑さ対策」地域へ発信！中学生サポーター事業に係る報告書

学校名	熊谷市立荒川中学校
1 活動の概要 (実施した活動の概要を委員会別に記入して下さい。)	<p>保健委員会では、中学3年生対象に熱中症予防啓発標語コンクールを実施しました。校内での優秀作品については表彰し、のぼり旗・横断幕を作成しました。</p> <p>保健委員会では、熱中症の知識や対策をレベルアップするために熱中症対策検定の学習プリントと問題を作成し、全校生徒で熱中症対策検定にチャレンジしました。</p> <p>保健委員会では、熱中症の知識や対策のポイントをまとめたお便りを作成し、冷タオルとセットにして、地域の方へ向けて、市役所、公民館、老人ホームへお届けしました。</p> <p>保健委員会では、「涼しさを感じて」と題し、修学旅行で詠んだ涼しさを感じる俳句を選出し掲示しました。</p> <p>部長会では、夏休み中の部活動中、熱中症指標計で熱中症レベルを測定し、給水タイムや休憩タイムを積極的に設定しました。</p> <p>環境委員会では、教室のベランダに「よしず」と「グリーンカーテン」、技術室にスポットクーラーを設置しました。</p> <p>体育委員会では、テニスコートの脇に遮熱シートでタープを設置しました。</p>

2 活動の様子や成果、工夫した点	<p style="text-align: center;">熱中症予防啓発標語校内コンクール開催 【活動の様子や成果】</p> <p>3年生が、熱中症予防を地域へ啓発するために、熱中症予防啓発標語を作成しました。校内でコンクールを開催し、優秀作品はのぼり旗に、最優秀作品は横断幕にして昇降口階段に掲示しました。</p> <p style="text-align: center;">【工夫した点】</p> <p>のぼり旗と横断幕は、学校の北側の道路からも見える場所に掲揚して、地域の方にも熱中症予防を啓発しました。</p> <p style="text-align: center;">熱中症対策検定に全校生徒でチャレンジ！ 【活動の様子や成果】</p> <p>3年生の保健委員が、全校生徒が熱中症対策のレベルアップを目指すことを目的として、これだけは知っておきたい熱中症対策のポイントを15項目にまとめて学習プリントを作成しました。予備テストは15問3択、本番のテストは10問3択で8問以上正解で合格としました。合格率は全校で95.9%になりました。</p> <p>検定問題を作成するにあたり、「暑さ対策日本一の熊谷が贈る 熱中症に備えるガイドブック保存版 熊谷市市民部健康づくり課発行」を参考にしました。</p>
------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



これだけは 知っておきたい！ 熱中症対策 ポイント15

<p>Q1:本校の AED の保管場所は？ A1:職員玄関 緊急時に取りに来て 命を守る行動を！</p> <p>Q2:熱中症になったら、 体のどこを冷やせばいい？ A2:首のつけ根の両側 ・わきの下・太もものつけ根 太い血管の通り道を冷やそう。 保冷剤や氷まくら等の使用がおすすめです！</p> <p>Q3:熱中症が重症化するると？ A3:死に至る危険がある 熱中症をこわがることはありません。熱中症は予防できます！</p> <p>Q4:水分を補給するのはいつ？</p>	<p>Q6:熱中症とは？ A6:体温調節ができなくなり、 脱水症状が出ること 暑い環境下で生じる健康障害の 総称です</p> <p>Q7:熱中症の主な症状は？ A7:めまい、頭痛、吐き気など 症状は大きく分けて3つあります ① 軽症 →めまい、失神、筋肉痛 ② 中等症 →頭痛、吐き気、嘔吐 等 ③ 重症 →意識障害、けいれん等</p> <p>Q8:熱中症対策として、 マスクを外すタイミングは？ A8:運動時、登下校時 マスクを外している時の会話は 控えましょう。 人の距離を十分にとりま しょう。</p> <p>Q9:熱中</p>	<p>Q11:暑さ指数をアルファ 4文字でいうと？ A11:WBGT 気温、湿度、輻射熱 取り入れた温度の指 と。 WBGT→Wet Bulb Globe Tem (湿球 黒球 温 度)</p> <p>Q12:熱中症の手当は？ A12:涼しい場所へ移動 体を冷やす 水分塩分補給など</p> <p>Q13:暑熱順化(しょねつじゅんか) とは？ A13:体を暑さに慣れさせ るや暑い環境で、や と感じる運動を</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

熱中症対策検定 (全学年共通)

年 組 番 名 前 _____

次の質問の解答で正しいものを1つ選び、記号に○をつけなさい。 1問1点。10点満点。

質問1 熱中症をひとことという？
解答1 ア：体温調節ができなくなり脱水症状がでること イ：両手両足がしびれ、胸が苦しくなる ウ：何かに熱中して物事が

質問2 熱中症の症状にあてはまらないのは？
解答2 ア：頭痛・めまい イ：吐き気 ウ：鼻水・鼻づまり

質問3 熱中症になりやすいのはどんな場合？
解答3 ア：忍耐不足 イ：睡眠不足 ウ：糖分不足

質問4 熱中症を予防するために、水分補給は、いつが効果的？
解答4 ア：のどが乾いていなくてもこまめに補給 イ：運動しているときだけこまめに補給 ウ：のどがかわいたときに

質問5 1日に必要な水分の量はどのくらい？
解答5 ア：500ミリリットル イ：1リットル ウ：1.2リットル

質問6 暑熱順化(しょねつじゅんか)ってどうい
ア：暑が少しずつ上がついていくこと

【工夫した点】

予備テスト問題、本番のテスト問題だけではなく、補習プリントも作成しました。生徒のために、生徒が作る問題を作成し、全校で実施できたことは、学校全体の熱中症対策への意識を高め、団結力もアップしました。

熱中症予防啓発活動：地域の方へ感謝を込めて

【活動の様子や成果】

熱中症の知識や対策のポイントを15項目にまとめ、冷タオルと一緒に地域の方へ（市役所、荒川公民館、石原公民館、上石公民館、老人ホーム）お届けしました。

【工夫した点】

熱中症対策検定で使用した学習プリントを地域の方に向けてAED設置場所が検索できるようにQRコードをつけて改訂版を作成しました。



修学旅行で一句！涼しさを感じる俳句を選出し掲示

【活動の様子や成果】

3年生全員が修学旅行で感じた体験を一句詠んだ作品の中から、保健委員が涼しさを感じる俳句を選出し、ラミネートして階段の窓に掲示し、涼しさを演出しました。

【工夫した点】

涼しさを感じられるように、壁面を熊谷染型紙「団扇と扇子」のモチーフを使用しました。また、遮光効果のあるUV加工のラミネート用紙を使用しました。



夏休み中の部活動での熱中症指標計での熱中症レベル測定

【活動の様子や成果】

夏休みの各部で活動中に熱中症レベル値を確認しました。「レベル4：嚴重注意」の時の注意喚起とこまめな休憩や給水タイムを実施しました。「レベル5：危険」の時は、速やかに涼しい場所での活動に切り替えることができました。

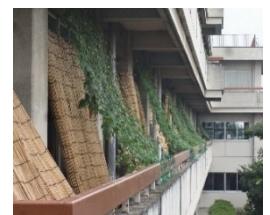
【工夫した点】

熱中症レベルを測定したら、結果を部内ですぐに確認するようにしました。このことで積極的に給水タイムや声かけができるようになりました。

教室のベランダに「よしず」「グリーンカーテン」を設置 技術室にはスポットクーラーを設置、テニスコート脇 に遮熱シートをタープで設置

【活動の様子や成果】

環境委員の生徒が、各クラスの教室の「グリーンカーテン」の隣に「よしず」を設置しました。サーキュレーターと二酸化炭素測定器も設置し、エアコン効率アップと常時換気を実施しています。また、技術室には、スポットクーラーを設置しました。



体育委員の生徒が、テニスコート北側に日陰がなかったので遮熱シートを利用して、タープを設置しました。



【工夫した点】

エアコン使用時に日差し除けでカーテンをすると換気効率が下がるため、カーテンの代わりに「よしず」を使用すると、日差しを除けるとともに涼しい風が入ってくるので快適に学習することができました。スポットクーラーや遮熱シートを使用することで、涼しい場所を確保することができました。

3 今後の課題

熱中症予防の観点から、5月～6月の時期に暑さに慣れるための取組が課題である。年間を通して、計画的に暑さ対策の取組を生徒会本部と保健委員会を中心として、さまざまな委員会での活動へと広げていきたい。