

メールマガジン ～児童生徒を守るために～

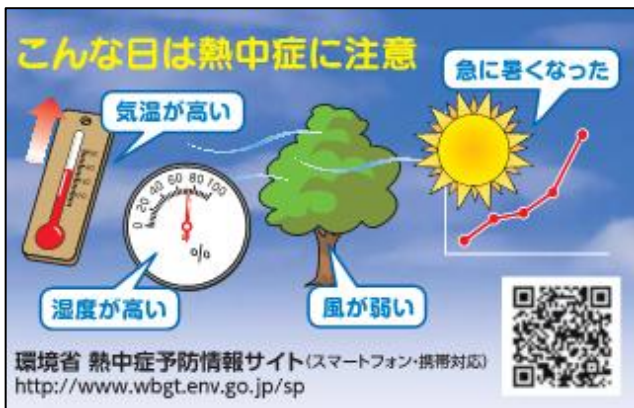
発行：沖縄県教育庁保健体育課・沖縄気象台

熱中症が増えてきます。こんな日は熱中症に注意!!

梅雨明けの蒸し暑く、急に気温が高くなる時期には例年、熱中症による救急搬送者数や死亡者数が急増しています※。

今年の梅雨明けは、6月8日ごろ（1951年の統計開始以降、最も早い（2015年と同順位））。

※出典：政府広報オンライン <https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201206/2.html>



出典：環境省 熱中症予防カード



熱中症予防のポイント

○暑さ指数（WBGT）をチェック

暑さ指数や熱中症警戒アラートは、メール配信サービス、LINE アプリで受け取れます。

○暑さ指数に応じて、外での運動は、中止や延期を判断しましょう。

○無理をせず徐々に身体を暑さに慣らしましょう。

○のどが渇く前にこまめに水分・塩分を補給しましょう。

○体調の悪いときは特に注意しましょう。

暑さ指数 (WBGT) とは

熱中症の危険度を判断するための指標
気温、湿度、日射などの要素から算出

暑さ指数**33**以上の極めて危険な状況が予想されると
熱中症警戒アラートが発表される

WBGT	日常生活の指針
危険 31 以上	「運動は原則中止」「不要不急の外出を避ける」
嚴重警戒 28-31	「激しい運動は中止」「外出時は炎天下を避ける」

※暑さ指数は「環境省熱中症予防情報サイト」で確認
(<https://www.wbgt.env.go.jp/>)

監修:環境省、気象庁 制作:Yahoo!ニュース

● 防災教育に関するお困りごとなど、ご要望は以下窓口までお気軽にお問合せください。

沖縄県教育庁 保健体育課 学校安全・給食班 高良 大輔

TEL : 098-866-2726

Email : aa316008@pref.okinawa.lg.jp

沖縄気象台 地域防災推進課 奥平 貞雄

TEL : 098-917-7921

Email : okibosai@met.kishou.go.jp