

安全指導だより 6月号

令和7年6月12日（木）
西東京市立田無第四中学校
生活指導部 安全指導係

<熱中症に注意しよう>

6月に入り、気温が上がる日も多くなり、いよいよ本格的な暑さがやってくる時期になりました。学校生活や家庭での生活の中でも、熱中症に十分に注意して生活を送ってほしいと思います。今回は熱中症についてと暑さ指数のWBGT（Wet Bulb Globe Temperature）について詳しく記載していきます。



熱中症とは、高温多湿な環境下において、体内の水分及び塩分（ナトリウムなど）のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害の総称で、下の表のような様々な症状が現れます。

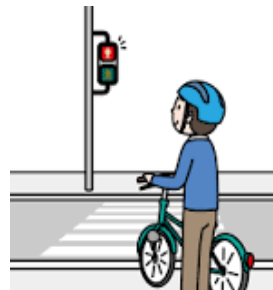
Ⅰ度	めまい、失神…「立ちくらみ」のこと。「熱失神」と呼ぶこともあります。 筋肉痛、筋肉の硬直…筋肉の「こむら返り」のこと。「熱痙攣」と呼ぶこともあります。 大量の発汗
Ⅱ度	頭痛、気分の不快、吐き気、嘔吐、倦怠感、虚脱感…体がぐったりする、力が入らないなどの状態
Ⅲ度	意識障害、痙攣、手足の運動障害…呼びかけや刺激への反応がおかしい。ガクガクと引きつけがある 真っすぐに歩けないなど。 高体温…体に触ると熱いという感触がある。従来「熱射病」などと言われていたもの。

引用元：環境省の熱中症予防情報サイト

<交通事故に注意しよう>

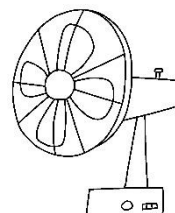
過去5年間の子供が関与する交通事故の状況を見ると、6月に歩行者、7月に自転車の交通事故がそれぞれ最多となるなど、夏季に子供の交通事故防止対策は重要な課題とされています。特に注意したほうが良いことを記載したので、ぜひ参考にしてもらいたいと思います。また、裏面には警視庁の交通事故防止対策のチラシを記載したので、ご確認ください。

- 1 車道への飛び出しや、駐車車両の前後からの横断は絶対しない。
- 2 青信号であっても、左右の安全を確認して、車が止まってから横断する。
- 3 車は歩いている自分に気がついていないかもしれないという危機感をもつ。
- 4 横断禁止場所横断や斜め横断は絶対にせず、横断歩道や歩道橋を利用する。
- 5 トラックなど大きい車両が右左折してくる時は、車両に絶対近づかない。
- 6 自転車利用時は、ヘルメットを必ずかぶり、一時停止等の交通ルールを守る。
- 7 キックスケーターやローラーブレードなどの遊具を道路で使用しない。



<落とし物のお知らせ> 落とし物ロッカーの場所:校長室前

くし・ハンカチ・水筒（複数）・体育着ハーフパンツ・
シャーペン・きんちゃく袋・レインコートなどあります。





毎日楽しくすごすための

3つのやくそく



道路に とびださない

友達が呼んでいても、

ボールが転がっても、

絶対に飛び出さない！



青信号でも ゆだんしない

右・左・右をよく見てから

横断歩道を渡る！

手を高く上げて渡る！



自転車の ルールをまもる

ヘルメットをかぶる！

周りが見えにくい場所や

「とまれ」の場所で止まる！



保護者の皆様へお願いです

～お子様が無事に「ただいま」と帰れるように～

自転車・歩行者のルールを繰り返しお子様に教えてください。

実際にお子様と普段使う道を通り、安全確認がきちんとでき

ているかチェックしてあげましょう。子供と同じ目の高さ

で見て、見通しの悪い場所や通行量が多い場所をどのよ

うに通行すればいいか、具体的に教えてあげてください。



こうつうあんぜんじょうほう

街とともに。人とともに。
FOR MORE COMMUNICATION

けいしちょう

東京の公道
交通安全
情報サイト

交通事故を防ぐ、簡単だけど、効果のある方法が満載！
TOKYO SAFETY ACTION
<https://www.safetyaction.tokyo/>

