



府中市放課後子ども教室 **けやきっす**
 YSSスタッフ・ニュース 2018-05 号



2018年5月8日
 NPO法人府中YSS
 発行責任者 村山 健

このニュースの目的は、府中YSSが受託した4校のスタッフの皆様へ、事業の状況をお伝えすると共に、研修資料として役立たせていただきたいと思います。どうぞ宜しくお願い致します

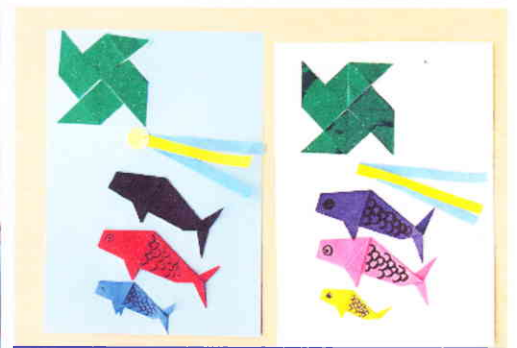
4月に行われました各校のイベントの様子です



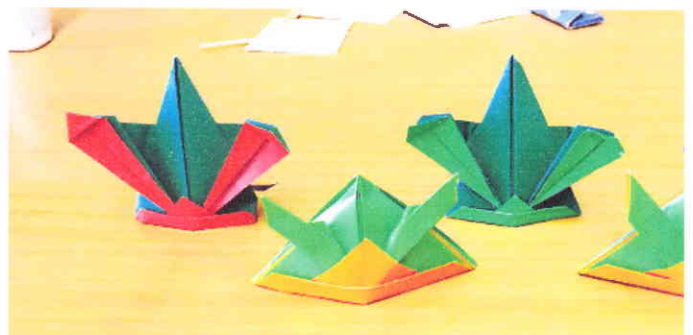
4/16. 六小「折紙教室(腕時計作り)」



4/18. 六小「けん玉検定(ユニコーン)」



4/11. 十小「おりがみ教室(鯉のぼり飾り)」



4/12. 日新小「おりがみ教室(折紙で作るかぶと飾り)」



4/25. 南町小「ぬり絵教室(こどもの日)」

今年は暑くなる日（真夏日）が早いように感じますがどうでしょう？
そこで気になるのが「熱中症」です。

「熱中症」とは、“高温・多湿の環境に身体が適応しないことによって起こる様々な症状の総称”で、進行状況や内臓、身体機能への影響によって、細かく4つに分類されます。

■ 熱失神・熱けいれん・熱疲労・熱射病の4つです。

最近では、上記のような分類では、実際には見分けは難しく、基準もあいまいであることから、重症度に応じて診断基準を分かりやすくした、I～Ⅲ度分類が適用されることも多くなってきました。

I度は軽症とされ、熱失神・熱けいれんに当てはまります。
Ⅱ度は熱疲労に分類されます。
Ⅲ度は重症で、熱射病に当てはまります。

- ①中枢神経症状
- ②肝臓・腎臓機能障害
- ③血液凝固異常のうち1つでも症状に見られる場合、Ⅲ度と診断され、I度にもⅢ度にも当てはまらないものがⅡ度と診断されます。



出典：無料イラストのIMT

熱中症は、野外スポーツ時は注意されていることが多いのですが、室内や住居での発生も多く、誰にでも起こる危険があります。しかし、同じ環境下にいても、熱中症になる人とならない人がいます。

熱中症の発症には大きく分けて「環境」と「身体」の2つの原因があります。

・ 発生状況

乳幼児と高齢者においては、日常生活での発生が多いです。
乳幼児の場合には、体温調整機能が未熟で発汗量が多いことが原因で発生します。自身で体調不良を訴えることができない事も多いので、よく観察が必要です。
高齢者の場合には、住居での発生が多く、周囲が発症に気が付かないことも多く危険です。加齢によって暑さに対する感覚が鈍り、冷房を使ったり衣服を調整したりする対処が遅れることが原因の一つですので、周囲からの注意喚起が必要です。
その他、10代ではスポーツ時、40代・50代では労働中の発生が多い傾向にあります。

・ 持病

持病があり普段から薬を服用している、風邪をひいている、疲労がたまっているなど、抵抗力が低下している場合はリスクが高くなります。
発熱や下痢をしている場合も脱水を起こしやすく危険です。
発熱や下痢の症状が、すでに熱中症の症状である可能性もありますので、気をつけましょう。

※ 熱中症対策については皆様ご存知と思いますが、改めて気を付けましょう。