

# はたいろ ねっちゅうしょうよぼう 旗の色でわかる熱中症予防

のどがかわく前に水分をとみましょう。  
外で遊ぶときは帽子をかぶみましょう。

休み時間前に、フールの前の旗を見てください。「外で遊べるか？」を知ることができます。

**ちゅうい**

WBGT値 25℃未満  
本日の熱中症予報  
注意

**けいかい**

WBGT値 25℃-27℃  
本日の熱中症予報  
警戒

**げんじゅう  
けいかい**

WBGT値 28℃-30℃  
本日の熱中症予報  
厳重警戒

**きけん**

WBGT値 31℃以上  
本日の熱中症予報  
危険

水分補給に注意  
体育の時間は、積極的に水分補給

外遊び  
体育の時間は、積極的に水分補給  
30分おきに休憩

休み時間の前後に水分補給  
外遊び  
体育の時間は、10～20分おきに休憩水分補給

外遊び  
体育禁止  
下校前に水分補給

熱中症予防は、登下校中・下校後も注意が必要です。