

スクール会員の皆様へ

暑さ指数（WBGT）によるアウトドアコートの使用中止について

拝啓 日頃より当スクールをご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

さて、近年の夏の異常な猛暑で、日本各地では熱中症にかかる方が多くなっております。
当テニススクールでは、昨年に引き続きまして暑さ指数（WBGT）が 31℃以上になった場合、アウトドアコートでのレッスンの実施、及びプライベートレッスン、レンタルコートの使用は危険であると判断し、下記の対応をさせていただくことにいたします。何卒ご理解ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

敬具

記

【内容】暑さ指数（WBGT）が 31℃以上の場合、アウトドアコート（3 番、4 番、5 番コート）のレッスンは休講とします。アウトドアコートでのプライベートレッスン、及びレンタルコートの使用も同様に中止とします。暑さ指数（WBGT）はセサミテニススクール東久留米で計測をいたします。

対象の時間帯、レッスン実施の有無の決定時間は別紙の表をご覧くださいませようお願いいたします。

【期間】2024 年月 7 月 1 日（月） ～ 2024 年 9 月 10 日（火）

【時間】営業開始 ～ 16 時 30 分まで

【対象】対象時間帯のアウトドアコート使用の全て

【通常レッスンが休講の場合の対応】

暑さ指数 31℃以上でアウトドアコートの通常レッスンが休講の場合、補講券をお渡しいたします。

＊インドアレッスンでも差額なしで受講できます。使用期限は 1 年です。

＊振替でアウトドアコートのレッスンを受講予定だった方も含みます。

【特別休会について】

8 月は、猛暑により、レッスンの実施が難しいことが予想されます。

対象時間帯のアウトドアクラス所属の方で、8 月の休会をご希望の方は『特別休会』として受付をいたします。（受付期間は 7 月 10 日（水）まで）

＊特別休会は休会費をいただきません。

＊すでに 8 月の休会をお申し出されていた方（対象時間帯のアウトドアクラス所属の方）についても特別休会とし、休会費の引落しはいたしません。

以上

<別紙 1>

【対象時間とレッスンの実施有無の決定時間】

月曜日 ～ 金曜日			
時間帯	A	B	C
レッスン開始時刻	9:45～	11:20～	14:00～
レッスン実施有無の 決定時間	9:10	10:00	13:00

土曜日							
時間帯	Jr.S	A	B・ちびっこ	Jr.C	C	Jr.D	D
レッスン開始時刻	8:25～	9:30～	11:05～	12:10～	12:40～	13:15～	14:15～
レッスン実施有無の 決定時間	7:25	8:30	10:00	11:00			13:00

日曜日							
時間帯	Jr.S	A	B・ちびっこ	C・Jr.C	Jr.D	D	Jr.E
レッスン開始時刻	8:25～	9:30～	11:05～	12:40～	13:45～	14:15～	14:50～
レッスン実施有無の 決定時間	7:25	8:30	10:00	11:00		13:00	

*セサミテニススクール東久留米のホームページで、上記時間までに当日の該当レッスンの実施有無をホームページの『お知らせ』に掲載をいたします。

*ホームページをご覧にならない方は、フロントまでお電話をしていただき、レッスンの実施有無のご確認をお願いいたします。

【プライベートレッスン、レンタルコートのご利用開始時間変更と実施有無の決定時間】

該当期間中のプライベートレッスン及びレンタルコートのご利用開始時間は、10 時 00 分からとさせていただきます。

なお、実施有無の決定時間につきましては、該当開始時間の 1 時間前といたします。

プライベートレッスン受講予定の方、レンタルコート使用予定の方はフロントまでお電話をいただき、実施有無の確認をお願いいたします。

*16 時 30 分以降につきましては、通常通りご利用いただけます。

【その他】

環境省のホームページから抜粋した暑さ指数（WBGT）についての記述を同封しましたので、あわせてご確認をお願いいたします。

暑さ指数とは？

暑さ指数（WBGT（湿球黒球温度）：Wet Bulb Globe Temperature）は、熱中症を予防することを目的として 1954 年にアメリカで提案された指標です。 単位は気温と同じ摂氏度（℃）で示されますが、その値は気温とは異なります。暑さ指数（WBGT）は人体と外気との熱のやりとり（熱収支）に着目した指標で、人体の熱収支に与える影響の大きい ①湿度、 ②日射・輻射(ふくしゃ)など周辺の熱環境、 ③気温の 3 つを取り入れた指標です。

運動に関する指針

気温 (参考)	暑さ指数 (WBGT)	熱中症予防運動指針	
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止	特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合には中止すべき。
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止)	熱中症の危険性が高いので、激しい運動や持久走など 体温が上昇しやすい運動は避ける。 10～20 分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。 暑さに弱い人※は運動を軽減または中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休憩)	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり適宜、 水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30 分おきくらいに休憩をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給)	熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極 的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給)	通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補 給は必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生する ので注意。