

保護者の皆様

港区立筭小学校
校長 山崎 高志

熱中症対策についてのお願い

時下ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。保護者の皆様におかれましては、日頃より本校の教育活動にご協力いただき、心より感謝申し上げます。

本校では熱中症対策（水分補給等）について、下記のように行います。

学校では日頃から熱中症にならないよう十分に留意し、指導を行っております。ご家庭でも、熱中症の対策についてお子様と話し合っただき、ご家庭と学校が一体となってお子様の安全と健康を守っていただけるよう、ご理解、ご協力のほどよろしくお願いたします。

記

1 飲み物について

- (1) 毎日、家庭から大きめの水筒を持参し、休み時間や体育の時にこまめに水分補給を行います。（新型コロナウイルス対策のため、現在冷水機は使用できません。水筒の持参に協力ください。）
- (2) 水筒の中身は「水」「お茶」「スポーツドリンク」のいずれかとし、氷は入れても構いません。ご家庭で相談の上、中身を決めてください。中身が無くなったら、水道の水を補充します。ただし、以下の内容に注意してください。
 - ①スポーツ飲料水は糖分が含まれていますので喉が渇きます。水分を必要以上に取りすぎると、具合が悪くなることも考えられますので、ジュース感覚で過剰に飲んでしまうことのないよう、ご家庭でも飲み方についてお子様へご指導ください。
 - ②水の誤飲等、事故がないようご家庭でご指導ください。

2 その他の対策について

- (1) 登下校時のマスクの着用については、他の人と十分な距離を取って登下校する場合には外してよいこととします。ただし、登校時、校舎内へ入る前には必ず着用できるようお声掛けください。
- (2) 休み時間の屋外遊び中はマスク着用となっていますが、息苦しさを感じた場合には外します。外す場合には人との距離を取って休養します。回復したら遊びを再開します。また、こまめに休養を取るよう声掛けをします。なお、休み時間中は、校帽をかぶります。
- (3) 休み時間の前後、体育の前後と途中に、必ず水分を取るよう指導します。
- (4) 首などにまく「冷却マフラー」の着用も可とします。以下の通り、扱いには十分注意してください。
 - ①引っ張ってもすぐに外れるタイプのもの（事故防止のため、結ばない）
 - ②体育や休み時間等、体を動かす場面では外す
- (5) 熱中症対策は、水分補給や冷却だけに限ったことだけではなく、日頃の規則正しい生活を心がけることが大切です。睡眠不足や朝食欠食等で体調を崩す児童もみられますので、毎日の生活リズムを整えていけるようご家庭でもご指導ください。

問い合わせ

副校長 隈部 洋子

03-3404-1530