

令和4年 5月 25日

保護者の皆様へ

大津市立藤尾小学校
校長 古谷 知子

熱中症の予防について(お願い)

向暑の候、保護者の皆様におかれましては、益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

さて、6月も近づき、気温の高い日も増えてきました。今後も、暑さの厳しい日が続くこと予想されます。本校では、熱中症対策としてエアコンで教室内の温度調整を行ったり、日々の暑さ指数(WBGT)を確認して休憩や水分を十分取ったりしながら、学習活動を計画的に進めてまいります。

保護者の皆様には、下記の点についてご理解とご協力をいただきますようお願いいたします。

① 体調管理について

熱中症の発生には、前日や当日の朝の体調が大きく影響します。下痢や疲労などの症状のある場合には、熱中症を起こしやすくなります。寝不足や食事抜きといった状態のまま、気温の高い環境に出ることは、避けなければなりません。日ごろから生活リズムを整えるとともに、朝食をしっかり摂取して登校させるようにしてください。

② 服装について

教室内ではエアコンで教室の温度調整をします。温度の感じ方には個人差もありますので、衣服の着脱で体温調節ができるように指導していきます。調節しやすい上着や、着替え等の準備にもご協力ください。また、帽子や汗拭きタオルについては、毎日持ってくるようお願いいたします。

③ 水分補給について

水分は多めに持たせてください。学年にもよりますが、500ml程度では1日もたないことがあるようです。量については、お子さんと相談していただき、水筒を複数持たせたりするなどの工夫をしてください。

学校では、授業の始まる前・体育の授業の前後と途中で水分補給をするよう指導します。

※1リットルのお茶に1~2gの塩を入れることで塩分の補給ができます。

※スポーツ飲料については、暑さの厳しくなる6月から10月中旬ごろまで持ってきていただいてもかまいません。ただし、スポーツ飲料の飲みすぎは、糖分や塩分の摂取が過多になるおそれだけでなく、う歯などの健康上の課題もあります。スポーツ飲料だけを持たせることや多くの量を持たせることはご遠慮ください。ご家庭でも指導をお願いいたします。

④ マスクの着用について

- ・熱中症の予防のため体育の授業では、子ども同士の間隔をあげ、マスクをはずして運動します。
- ・教員は、原則マスクを着用します。但し、教員自ら運動する時や、子どもへ注意や指導が必要な時には、マスクを外すことがあります。
- ・休み時間での活動するときには、人がいないところでマスクを外したりずらしたりしてもよいこととします。
- ・夏期(6月から10月ごろまで)の登下校時につきましても、熱中症予防を優先し、人との距離がとれる状態であればマスクをはずすことはよいこととします。
- ・予備のマスクを必ずランドセルにご準備いただきますようご協力をお願いいたします。