

令和5年5月8日

赤穂市立坂越小学校
校長 小野 晴也

児童の熱中症対策について

若葉の候、皆様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。

朝夕涼しさを感じる日もある中ですが、これから日増しに日中の暑さが増してくる時期となりました。厳しい暑さの日のおとずれにより、教室では空調を活用し、快適な環境で学習に集中できるよう配慮しますが、登下校や屋外・講堂などでの活動においては、熱中症に対する警戒が必要です。

つきましては、水分補給等熱中症対応について、下記の通りにご配慮をお願いいたします。

記

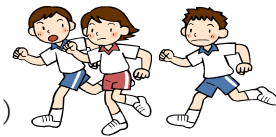
1 スポーツドリンクの併用について

(1) 期間

暑さが予想される期間中【5/9(火)～9/29(金)まで】
(運動会実施時期が1学期のため、昨年度より実施開始時期を早めております。)
(以降も、暑さ指数の変動を鑑みて、延長も考慮します。)

(2) スポーツドリンク併用についての留意事項

スポーツドリンクをお子さんに持たせてもけっこうです。
(「持ってこなければならぬ」ということではありません。)



スポーツドリンクは、体への吸収の速さに効果がありますが、その反面、多くの糖分が含まれており、多量の摂取は望ましいとはいえません。飲み過ぎには十分ご注意願います。

※スポーツドリンクは、水で薄めるなど、濃くなりすぎないように(糖分を摂り過ぎないように)ご注意ください。

※スポーツドリンクだけで水分を補給することは、糖分の摂りすぎにつながりますのでお勧めできません。必ず、お茶も合わせて持参させてください。

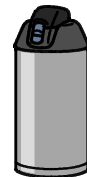
【お子さんには、1本目はお茶。2本目がスポーツドリンクと指導をします。】

※ペットボトルのままではなく、「ペットボトルホルダー」を活用したり、「水筒」に入れたりして、持たせてください。

※荷物が多くなります。行き帰りの持ち方にも十分ご注意願います。

手がふさがってしまうと、もしもの時に手が使えなくなります。

※「ペットボトルホルダー」や「水筒」には必ず名前を記入してください。



(3) その他

毎年、「先生、お茶がなくなりました。」という児童の声をよく耳にします。これからの季節は、水分補給の有無が体調に大きく影響します。途中で水分を切らすことがないように、お子さんとも相談しながら、水分量にご配慮願います。

お子さん登校後、水筒を持ってきていない場合は学校より連絡をいたします。その際、水分補給のできる水筒を持ってきてくださいますようお願いいたします。

2 外での帽子着用・登下校中の日傘使用について

基本的には、登下校、運動場での活動では、必ず帽子を着用するように指導しております。日傘を利用する必要がある場合は、安全な使用方法をご家庭でお話していただいた上で、使用させていただきます。



3 その他

(1) WBGT(湿球黒球温度)による暑さ指数について

指数の数値により、以下のように活動制限を行っています。お知りおきください。

【31以上】	(危険)	運動をやめて、涼しい場所ですごしましょう。
【28～31】	(厳重警戒)	マラソンのような、激しい運動はやめましょう。
【25～28】	(警戒)	こまめに水分と休憩をとりながら運動をしましょう。
【21～25】	(注意)	こまめに水分を取りながら運動をしましょう。
【21未満】	(ほぼ安全)	熱中症の心配はほとんどありません。外で元気に遊ばしましょう。

(2) 涼感タオルの積極的使用について

教室や屋外において、使用をさせていただいてけっこうです。その際、お子さんが危険な使い方をしないよう、ご家庭で使い方についてよく話し合った上で、使用させていただきますよう、お願いします。(名前を必ず記入してください)

熱中症対策はお子さんの命に関わる重要な課題となります。これからの時期、熱中症対策により比重を置くことが求められます。学校の取組に対してご理解いただき、保護者の皆様のご支援ご協力のほど、よろしく申し上げます。