

保護者の皆様

瀬戸市立下品野小学校長
森 理恵

熱中症防止の対応について

日頃は本校の教育にご理解とご協力をいただきありがとうございます。

暑い日が増えてきました。マスク使用のため、体に熱がこもりやすくなり、口元がしめっていて渴きに気づかない『隠れ脱水症』が心配されます。今年度も例年以上に熱中症防止のための配慮が必要なため、以下のように対応していきたいと思います。ご協力くださいますようお願いいたします。

記

1 お茶を多めに持たせてください

ペットボトルに入れた凍らせたお茶を持たせてくださるのもよいです。一気に飲むことがなく、うまく水分補給ができます。また、首筋を冷やすのにも利用できます。数本持たせてもらってもかまいません。大きな水筒ですと一気に飲んで空にしてしまう傾向があります。

※ 今年度、ミネラルウォーターの配付の予定はありません。

2 スポーツ飲料を持たせていただいても結構です

お茶に加えて、スポーツ飲料を持たせていただいても結構です。スポーツ飲料ばかり飲むと糖分を取り過ぎ、かえってのどが渇いてしまうこともあります。氷等で薄めるなど工夫してください。必ずお茶と併用してください。

3 必ず帽子を着用し登校させてください

少しでも日差しを避けられるよう、屋外で活動するときは、必ず帽子を着用させます。登下校の際も必ず着用させてください。日傘を使ってもかまいません。ただし、視界が悪くなる、手がふさがると心配な面もあります。使用する場合は、他の子と横並びせず、周囲に十分気をつけるよう、声をかけてください。

4 タオルを持たせてください

汗ふきタオルを持参させてください。冷却・冷感タオルを使用してもかまいません。1日に何度も手を洗います。手洗いのためのハンカチやハンドタオルも忘れずに持たせてください。

5 体調管理をしっかりとお願いします

登校前に検温と健康観察を必ずお願いします。コロナ感染の初期症状と熱中症の症状が似ているとの情報も聞かれます。体調がすぐれないようでしたら無理をしないようお願いいたします。また、食事や睡眠をしっかりととり、生活リズムを整えるようにしてください。

<学校では次のことに留意します>

- 1 授業中にも適宜水分補給をするようにします。
- 2 休み時間の過ごし方に注意を払います。状況により、運動場での活動を中止にします。
- 3 体育などの屋外での授業についても、状況により、学習内容を変更します。
- 4 教室ではエアコンを使用します。使用中も常時窓を開けて換気し、密閉を避けます。