

保護者様

井原市立県主小学校
校長 谷 扶美恵

熱中症予防について

保護者の皆様には、平素より学校教育にご理解ご協力を頂き、厚くお礼申しあげます。

さて、梅雨を迎え、これから暑さと湿気が増してくる中、新型コロナウイルス感染症対策と熱中症予防の両立を図っていく必要があります。本校では、以下の通り対応してまいりますので、ご協力をお願いします。

1. 飲み物について

- ・原則お茶を持ってきてください。スポーツドリンク等も考えられますが、学校医の指導により、塩分・糖分の取り過ぎが懸念されるため、本校ではお茶を推奨しています。必要に応じて、塩分タブレットを配布させていただきます。

※保健室には、体調不良者用に経口補水液又はスポーツドリンクを用意しています。

2. 登下校時の対応について

- ・熱中症予防のため、登下校中は必ずしもマスクをしていなくてもよいです。また、登下校時に、暑さで息苦しい時は、マスクを外したり、一時的に片耳だけかけて呼吸するなど、自身の判断で適切に対応できるように指導します。また、暑さ等で具合が悪くなった場合には、近くの大人や民家に助けを求めるように指導します。
- ・下校時に特に暑い場合には、持ってきている汗ふきタオルを湿らせて首に巻いて下校するようにします。休み時間後に洗顔をする場合もありますので、汗ふきタオルは毎日持たせてください。
- ・ご家庭で使い方を説明のうえ、必要に応じて傘（雨傘や日傘）を持ってきて構いません。

3. 体育の時間や休み時間の対応について

- ・温度・湿度が高く熱中症になりやすい日には、暑さ指数に基づいて、水分補給をする時間をとります。また、暑さ指数が大変高い場合は、体育や外遊びを中止することがあります。
- ・運動場へ出る際は、児童間の距離を確保し、マスクを外して活動します。
- ・一斉指導や話し合いは、マスク着用の上で、児童間の距離を確保して、行います。
- ・体育館で行う場合は、ドアや窓を開けて換気を徹底します。

4. 教室の換気とエアコン・空気清浄機について

- ・エアコン使用時にも、常に2方向の窓を開けて換気をします。
- ・空気清浄機は、常時運転します。

*十分な水分補給ができるように大きめの水筒を持たせてあげてください。自分の飲み物が足りなくなつた場合には、水道水を飲ませることがあります。ご了承ください。

*免疫力を高めるためにも「早寝・早起き・朝ごはん」で元気な生活サイクルの確立をお願いします。