

令和6年6月吉日

保護者の皆様へ

長久手市立北中学校長

大井雅夫

熱中症対策について

深緑の候、保護者の皆様には益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。日頃より、北中学校の教育活動にご理解とご協力を賜りありがとうございます。

これからますます気温が高くなる中、生徒の健康を守るため、本校としましては下記のように取り組んでいきたいと思っております。保護者の皆様におかれましても、ご理解とご協力をお願いいたします。

記

1 熱中症予防のための取組について

(1) こまめな水分補給

授業中も含め、諸活動において水分補給を推奨します。水分補給については、水やお茶のほか、スポーツドリンクを持ってきても構いません。学校の自動販売機を利用することもできますが、自宅から用意してきた分だけでは足りない場合や、持ってくるのを忘れてしまった場合などの緊急時に利用するというルールになっています。スポーツドリンクには多くの糖分が含まれています。過剰摂取しないことも大切です。市販されているペットボトルのスポーツドリンクを薄めた状態がよいとされています。

(2) 登下校時の日傘の使用

登下校時の日傘（雨天用と兼用可）の使用を推奨します。ただし、視界が遮られるので、周囲への注意が必要です。

(3) ネッククーラーの使用

登下校時において、首元を冷やすネッククーラーの使用を推奨します。

(4) 帽子の着用

日よけを目的とし、華美でないものを着用します。登下校、体育の授業、部活動など、必要な場面で、場面に合った形の防止を着用することを推奨します（例えば、登下校はハット、体育ではキャップなど）。

(5) 塩分タブレットの利用

汗をたくさんかいた後など、塩分を補給するときに利用します。

登下校中は摂取しない、校内では休み時間中に摂取しきる、ごみはごみ箱に捨てるという基本ルールを守り、また他の人と交換したり譲渡したりすることは、食物アレルギー対策の観点から絶対にしない、という約束の下で利用します。

アメは摂取に時間がかかることから、利用しません。

(6) 体操服・部活動の運動着

登下校中はシャツをズボンにしまわなくてもよいこととします。通気性をよくし、熱を逃がすためです。体育の授業や部活動等で、安全上または、礼儀上一時的にシャツをズボンにしまうよう指示することはあります。

2 その他

体調不良を訴えた生徒がいた場合は、状況を保護者の連絡し、場合によってはお迎えをお願いすることがあります。ご協力、お願いいたします。