

令和2年6月24日

保護者 様

佐賀市立勸興小学校
校長 陣内 富子

熱中症対策についてお知らせとお願い（その1）

学校再開後1ヶ月が過ぎました。感染症対策を講じながらも順調に教育活動を進めることができ、保護者の皆様のご理解とご協力に感謝しております。

さて、梅雨に入り、湿度・気温共に高くなってきました。今年度は1学期が7月末日までとなり、今後の熱中症対策が重要と考えており、その対策を2回に分けてお知らせします。2回目は猛暑日が想定される7月中旬に配付いたします。

つきましては、第一段階として、下記の通りご家庭へのお願いと、学校での対策を記載しております。内容については校医及び歯科校医、学校薬剤師の先生方にご指導いただきました。保護者の皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

記

1 ご家庭での対策

【健康管理について】

① 睡眠	夜は早めに休み、睡眠を十分にとる。(熱中症予防として重要)
② 朝食	しっかりとする。(特に、みそ汁、梅干し、海苔などで塩分補給を)
③ 検温	登校前に、検温と体調確認を行う。発熱時は登校せず休養する。

【毎日の準備について】

④ 帽子着用	登下校及び戸外に出る活動時には着用し、直射日光を避ける。
⑤ 登下校はマスクを外してもよい	登下校では友達との間をあけて歩いたり、傘をさして歩いたりして距離をとる。校舎内では基本的にマスク着用が望ましい。会話をするときには着用する等、マスクの取り外しは臨機応変に行う。
⑥ 水筒に麦茶やお茶	がぶ飲みを避け、ゆっくり一口ずつ小まめに飲む習慣をつける。
⑦ 傘さし登校 (希望者のみ)	日差しが強い晴れの日には傘を差すと暑さを防いで有効。 日傘代わりになるとともに友達との間をあけることができる。 ただし、荷物が増えるため、安全に注意する。

2 学校での対策

- a 熱中症指数の確認 給食時間の放送で伝えています。熱中症指数の値によって、昼休みに戸外で遊ぶ時間に制限を設けて知らせています。
- b 給水タイム 体育をはじめ身体的活動が多い授業時及び昼休みにも、給水タイムを設けて水分補給をするよう声をかけています。
- c 小まめに水分補給 休み時間には必ず水分補給するよう声をかけています。
- d エアコン活用 適度な温度と湿度を維持し、窓を開けて換気をしています。

令和2年7月17日

保護者 様

佐賀市立勸興小学校
校長 陣内 富子

熱中症対策についてお知らせとお願い（その2）

感染症対策に加えて、大雨時の対応へのご協力ありがとうございます。雨が続き、熱中症指数は低い日が多かったですが、今後に向けて、熱中症対策についてのその2をお知らせします。7月末日までの1学期と、8月24日からの2学期スタートの週は猛暑日（気温35度以上）が想定されます。6月下旬に配付した熱中症対策（その1）に加えて、一段と気温が上昇する時期を想定した対策を下記にお示ししています。

つきましては、お子様が元気に夏を乗り切ることができるよう、ご協力をよろしくお願いいたします。

記

1 ご家庭での対策

6月24日付で配付した熱中症対策（その1）を実行した上で、下記の対策もお勧めです。お子様と相談されてご準備ください。もし、ネッククーラーや保冷バッグ等利用される場合は、自己管理できる範囲でお願いします。

① 水筒に麦茶

緑茶にはカフェインが含まれており利尿作用があるため、麦茶の方がお勧め。

水筒の2本目を持参してもよいが、学校の水道水も飲用可。

② ネッククーラー（希望者のみ）

水で濡らした布等を首に巻いて冷やしてもよい。

③ 水で濡らしたタオル（希望者のみ）

ビニール袋に入れて持参。首や顔を拭くと体温を下げる効果がある。

猛暑日には保冷バッグを持参してもよい。

※ 熱中症対策（その1）に示した対策

【健康管理】睡眠（十分に）、朝食（みそ汁、梅干し等の塩分を）、検温（体調確認も）

【準備】帽子着用、登下校はマスクを外してもよい（距離をとる）、水筒持参（麦茶やお茶）
傘さし登校（希望者のみ）

2 学校での熱中症対策

- a 登校後に行っている体調確認を下校前にも行います。
- b 登校直後より適度な温度と湿度を維持するようエアコンを活用します。
- c 猛暑日の昼休みは、運動場ではなく、室内で過ごすようにします。
- d 猛暑が予想される7・8月最終週の午後の体育は運動場や体育館での活動は控えます。

佐賀市立勸興小学校

TEL 24-4235