

令和2年7月8日

保護者 様

三田市教育委員会

### 熱中症予防の徹底について

保護者の皆様には、日頃より三田市の教育にご理解、ご協力を賜っておりますこと感謝申し上げます。

さて、気温の上昇に伴い熱中症に注意する時期となりました。各校においても、児童生徒の熱中症対策の徹底を図っているところですが、保護者の皆様におかれましても下記の点にご留意いただきますようお願いいたします。

#### 記

##### 1 毎朝の健康観察と健康管理の徹底について

- ・感染症対策として実施しております検温と健康チェックをお願いします。
- ・疲労、睡眠不足など体調が悪い時には、体温調節能力が低下し、熱中症を起こしやすくなりますので、十分な睡眠、バランスのとれた食事を心掛け、体調を整えてください。

##### 2 水分補給について

学校では、こまめな水分補給をするよう声かけします。途中でなくなった場合も学校では補給しませんので、大きめの水筒に入れる、水筒を2本用意するなど準備をお願いします。

##### 3 帽子について

登下校時や屋外での授業、外遊びなど直射日光にあたる時には、帽子をかぶりますので、準備をお願いします。

##### 4 マスクの着用について

熱中症予防のため、暑くて息苦しいと感じた時などには、マスクを外すなど自身の判断で対応するようご家庭においても声かけをお願いします。

また、登下校時や体育の時間等マスクを外すときには、十分な身体的距離（できるだけ2メートル）を保つ、近距離での会話を控えるようにするなどあわせて指導をお願いします。

##### 5 汗拭きタオル、アイスタオル等の使用について

汗拭きタオルを水で濡らして首や手足を拭く、アイスタオルを使用する等により、体を冷やすことで体温の上昇を抑えることができます。登下校や屋外での活動時、外遊びの後など、体調に合わせて使用するよう声かけをお願いします。

## 6 アイスタオルについて

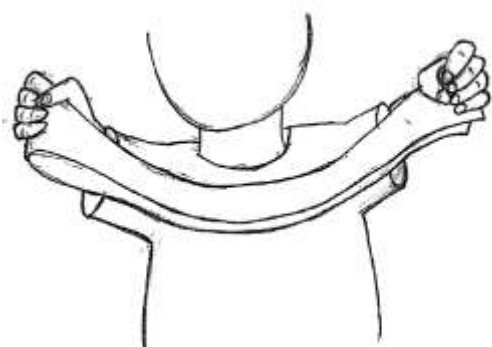
換気をしながら空調管理をすること、夏休みの短縮により、登下校時や授業中の熱中症が心配されます。児童生徒の熱中症対策として、アイスタオル（1人1枚）を配付することとしました。使用の際は下記注意事項を守り、お子様の体調に合わせてご活用ください。なお、ご家庭で用意した物を使用いただいても構いません。

### 1 アイスタオルの使い方

①水でぬらして、しぼります。

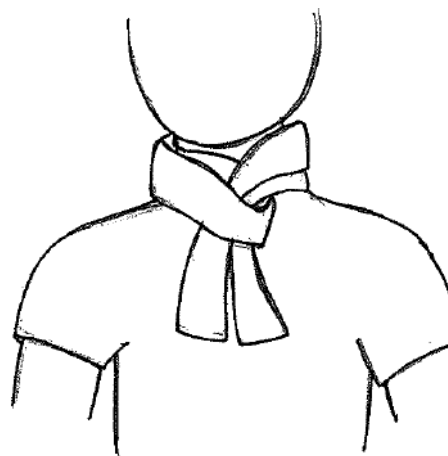
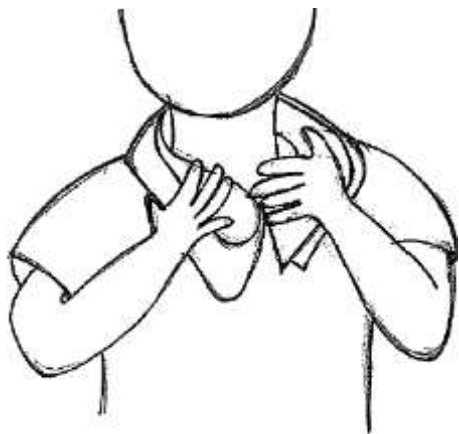
②幅(32cm)を半分におり、さらに半分に折ります。縦(100cm)を半分に折ります。

③首にかけます。



④輪っかの中にもう片方の端を入れます。

⑤きつくしめすぎないように気を付けます。



### 2 アイスタオル使用にあたっての注意事項

- ①名前を記入して、自分で着脱できるようにしてください。
- ②首に巻いて使用しますので、遊具やドアノブなどに引っ掛けたりしないよう注意してください。
- ③ふざけて友だちのアイスタオルをひっぱることがないように指導してください。
- ④教室（冷房使用時）では、外すこともありますので、ビニール袋などの入れ物を用意してください。
- ⑤毎日洗濯し、清潔に使用してください。