

保護者 様

三田市立つつじが丘小学校

校長 松山 宏枝

## 熱中症予防対策について（お願い）

初夏の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご清祥のことと拝察いたします。平素は本校の教育活動に格別のご理解ご協力を賜り、厚くお礼申しあげます。

さて、学校の管理下における熱中症事故は、ほとんどが体育・スポーツ活動によるものですが、屋内での授業中、登下校においても発生しています。また、暑くなり始めや急に暑くなる日等の、まだ体が暑さに慣れていない時期に、それほど高くない気温（25～30℃）でも湿度等その他の条件により発生します。さらに、マスク着用により、熱中症のリスクが高まることがあります。

そのため、学校においては暑さ指数(WBGT)を確認し、「熱中症警戒アラート」発表日や暑さ指数によっては、外遊びの中止や体育の授業の変更等も検討し、その都度対応しています。またこまめな水分補給を促すとともに、扇風機やエアコンを使用して適切な室温管理等を徹底するなど、熱中症予防対策を行い安全面での配慮を行ってまいります。

しかしながら、暑さへの耐性は個人差が大きいことからご家庭でも下記を参考に熱中症予防対策を心がけてくださいますようお願いいたします。ご家庭とともに、子どもたちの健康管理には十分留意し、安心・安全に努めてまいりたいと思います。

記

### 【学校での熱中症予防対策】

- (1) 体力が弱っていたり、体調が悪かったりする場合は、熱中症を起こしやすくなるため、授業や学校行事等においても、屋内外を問わず児童生徒の健康観察の徹底を図り、積極的に声掛けをすることにより、子どもの健康状態をていねいに把握します。
- (2) 屋内外にかかわらず、こまめに水分補給や休憩をとるように心がけます。
- (3) 室内においては、適切に換気を行う。また、エアコンの温度設定を調整するとともに、教室等の温度を計測し、休憩・水分補給・活動変更等の参考にします。
- (4) 体育では、熱中症への対応を優先させるためマスクを外しての指導を原則とします  
ただし、マスク着用については、個々の状況に応じて柔軟に対応します。
- (5) 保健室に経口補水液を常備しておき、体調異常の児童がいる場合は、必要に応じて飲用させます。

(裏面に続きます。)

## 【ご家庭での熱中症対策】

### (1) 規則正しい生活習慣について

早寝早起き朝ごはんをはじめ、十分な睡眠、バランスのとれた食事、適切な運動など規則正しい生活習慣を大切に、「からだ」の調子を整えられるようにしてください。

### (2) 登校前の健康観察について

引き続き、登校前の健康観察をお願いします。体調が悪いと体温調節能力が低下し、熱中症を発症しやすくなります。疲労・発熱・下痢など体調不良がみられるときは、担任に連絡し無理をさせないようにしてください。

### (3) 水分補給のため、お茶を十分に持たせる

飲む量は個人差があるので、お子さんのお茶が足りているか確認しながら不足することのないよう十分な量を持たせてください。

### (4) 帽子をかぶらせる

登下校時や屋外での授業、外遊びなど直射日光があたるときに着用させますので忘れず持たせてください。

### (5) 汗ふきタオル・アイスタオルの使用について

濡らした汗拭きタオルやアイスタオルで首や手足を冷やしたりすることで、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。

※ 活動中に体調異常が見られた場合は、応急処置を行い休養させますが、回復した場合も容体が急変することがあります。ご家庭に連絡しますので、病院で受診するようにお願いします。

※ 熱中症対策については、保健日よりでもお知らせしておりますので、ぜひご覧ください。