保護者の皆様へ

長久手市立東小学校長　武田　　俊

熱中症対策について（お願い）

日頃は、東小学校の教育に対し温かいご理解とご協力を賜りありがとうございます。

日中は真夏のような暑さを感じる日も出てきました。この時期は「暑熱順化」を心がけるよう学校でも対応しておりますが、保護者の皆様におかれましても、下記の取組につきまして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（**６月から９月の対応です**）

（１）帽子の着用

強い日差しから頭部を守るためにも登下校・休み時間の際は黄帽子（６月から９月は黄帽以外の蒸れない素材の明るい色の帽子等も可）を着用します。体育の授業の際は赤白帽子を着用させます。必ず記名をお願いします。（赤白帽子は白色の方に記入）

（２）ネッククーラー、手持ち扇風機などの活用

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。服や持ち物が濡れるのを防ぐため、保管袋に入れ、ランドセルで保管します。また、電子製のネッククーラー（冷やすタイプ、ファンがついているタイプなど）や手持ち扇風機の使用も認めます。体調や通学距離に応じてお使いください。以下、使用する際の注意点です。

・登下校中のみ使用可能とします。
・それ以外の時間はカバンから出しません。
・学校では充電しません。
・破損や紛失を防ぐため、貸し借りはしません。
・手持ち扇風機など「手に持って使用するもの」は片手がふさがるため、ご家庭でよく相談のうえ、ご使用ください。

登下校中の破損や紛失、バッテリーの異常高温による火傷等につきましては、責任を負いかねますので、ご了承ください。

（３）塩分タブレット・塩分チャージの活用

登下校時の熱中症対策として、タブレット等の活用を推奨します。学校では次のように指導します。

① 熱中症が心配な人は、すぐに食べられる**塩分タブレット（アメは×）**を持参する。
② 必要な分（**２つまで**）を持参する。交換したり人にあげたりしない。
③ 朝の会、帰りの会において、担任の指示のもと食べる。登下校中に食べない。
④ 各自ランドセルで保管し、ごみは必ず持ち帰る。
※　タブレットは、透明のジッパー付き袋等に入れて、個人で管理できるようにしてください。

２　熱中症予防のための取組について（**通年の対応です**）

（１）登下校時の日傘の使用

日傘（雨天用と兼用可）の使用を推奨します。帽子と同様に、記名をお願いします。天候や気温を考えて、使用していただいて構いません。特に期間は設けません。普段２列で登下校する分団は、日傘を利用する児童のみ、一列（一人）で歩きます。低学年は特に、一人でもたためる傘を使用させてください。風の強い日や傘をさしているときは、周りの児童にも配慮するよう、ご家庭でもお声かけください。

（２）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、水やお茶の飲用をお願いしておりますが、必要に応じて、スポーツドリンクを持ってきても構いません。持参する**水筒等には必ず記名をお願いします**。なお、学校では、経口補水液を用意し必要に応じて飲用させております。

持参した飲料水が足らなくなった場合は、昼放課に、自動販売機で水、お茶、スポーツドリンクを１本のみ、購入することができます。スポーツドリンクの飲用による糖分の過剰摂取も心配されます。ご家庭でも話題にしていただきますようお願いいたします。

小学生が１日に摂取してよい糖分の量は一日 20g です。**スポーツドリンク１本（500mL）には 20～30ｇ**の糖類が使われており、飲用を続けることで**糖尿病や虫歯へのリスクが高まる**と言われています。もっとも体に吸収されやすい水分というのは体液と同じ**生理食塩水**（0.1～0.2%の塩分濃度で作られた食塩水）です。スポーツドリンクを水で薄める等、児童の健康面についてのご配慮をお願いします。

（３）ランドセルの使用

通気性にあまり優れない皮革製のランドセルを長時間背負うことは、体に熱がこもりやすくなると考えられます。そこで、ランドセルの代替として、通気性のよい素材で、**両肩で背負う（両手が自由に使える）リュックサックタイプ**の鞄を使用しても構いません。お子様の負担を考え、通年リュックサックを使用していただいても構いません。ただし、肩ベルトを極端に長くして背負うと、かえって肩に荷重がかかってしまいます。背中全体で背負えるように、肩ベルトの長さをきちんと調整（目安は背負った時にリュックがお尻につかない程度）しておいてください。また、安全のためキーホルダーなどの装飾品は控えてください。

（４）日焼け止めクリーム

皮膚疾患等でやむを得ず使用する場合は、保護者の方が連絡帳で担任に申し出てください。

（５）虫除けリング

虫刺されによる炎症がひどく、使用したい場合は連絡帳でお知らせください。その場合「虫除けシール」を推奨します。

問い合わせ先：長久手市立東小学校　教頭　TEL：0561-62-4353