



# 開物成務

## 熱中症に注意！みんなで熱中症対策を！

今後の予報を見ると、真夏日もあり、熱中症に要注意です。皆さんで熱中症対策を進めたいと思いますので、保護者の皆様のご協力をよろしく願います。

### 【登下校で】

- 基本、マスク着用としますが、暑苦しさを感ずる日は、マスクを適宜、外してよい。ただしマスクを外した際は、会話を控えます。校舎内ではマスクを着用しますので忘れずに持参させてください。
- 帽子をかぶります。必要に応じて首筋を冷やすタオル等を持参させてください。首筋を冷やすグッズ等も使用させていただいて結構です。
- 水分を補給する時は、安全な場所で停まって行います。
- 荷物を少なくするよう学校で配慮します。(学校に置いてよい物は、毎日持ち帰らないようにします。)
- 登校したら、手洗いをします。朝から気温の高い日は顔洗いもします。

### 【学校で】

- 毎朝の健康観察を入念に行います。
- エアコン・扇風機等を使用します。(換気も行います。)
- こまめに水分補給を行います。
- 気象状況に十分配慮して教育活動を行います。(熱中症計を各学級に設置します。)
- 体育の時間は、マスクを外します。
- 熱中症が心配される場合、暑苦しさを感ずた場合などはマスクを外します。ただしマスクを外した際は、会話を控えた教育活動を行います。

### 【家庭で】

- 規則正しい生活をおくれるようお願いします。  
\*十分に睡眠時間をとり、朝食を欠かさないようにします。できれば汁物もとります。水分は飲み物で半分、食事で半分と言われます。特に、夜には脱水が進み、朝食を食べないと脱水状態に陥りやすいと言われます。
- 衣服の調節をお願いします。
- 帰宅したら、手洗い・うがい・顔洗いをさせてください。
- 体調の管理をお願いします。これまで通り体調がすぐれない場合は無理をして登校せず、身体を休ませてください。
- 「水筒の持参」「帽子の着用」にご協力ください。必要に応じて「首筋を冷やすタオル」等を持参させていただいて結構です。