

保護者 各位

朝日町保小中一貫教育校
朝日町立朝日中学校
校長 梅澤 健一

熱中症の予防について

初秋の候 皆様には、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
日頃より、本校の教育活動に深いご理解とご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。
さて、昨今の気温変化や熱中症の全国的な発生状況を踏まえ、生徒の健康被害を防ぐために適切な熱中症予防の対策が必要となります。
つきましては、以下のように熱中症予防の対策を実施いたしますので、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

記

1 熱中症防止についての共通理解

- 外で活動するときには、帽子を着用する。
- 運動するときには、こまめに水分を補給し、休憩をとる。
- 運動前に自分の体調を確認する。
- 学校内で体調不良を感じた場合には、教職員に申し出る。

2 運動等の実施基準について

- 環境省熱中症予防情報サイトの WBGT（暑さ指数）に基づき、体育大会や体育大会練習、体育科の授業、校外活動のついでの実施を判断します。

3 学校への持ち物等について

(1) 水筒についてのお願い

- 水筒の中身は、年間を通してお茶またはスポーツドリンクとしてください。
- 水筒は、保冷（保温）機能がある衛生的なものを使用してください。水筒の容量が心配な場合は、水筒を複数持参するか、補充用に未開封のペットボトル等を準備してください。
- 水筒の中身は、その日のうちに処理し、毎日洗剤等で洗浄してください。
- 友達同士での回し飲みは、絶対にしないでください。

(2) その他の持ち物について

- 必要に応じて以下の物を準備してください。※1
 - ・汗ふきタオル、着替え等
 - ・保冷剤、首回りの保冷用具等
 - ・日焼け止め予防に係るもの（日焼け止めクリーム等）

※1 上記のものについては、各自で管理することとします。友達同士での使い回しや譲渡は絶対にしないでください。

4 体調管理等について

- 規則正しい生活習慣を心がけてください。（睡眠時間の確保、バランスのよい食事等）
- 体調がすぐれない時やケガをしている時は運動を控えるようにしてください。