

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 川田 彰

## 熱中症の予防について

仲夏の候 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、6月初旬からの急激な気温変化や湿度の上昇により、熱中症のリスクが高まっています。

今後、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

- ・日差しが強い日に外で活動するときには、原則として帽子を着用する。
- ・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、体育科の授業、校外活動、部活動・コミュニティクラブ等の実施を判断する。

#### 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する。
- ・水筒は、保冷（保温）機能がある衛生的なものを使用する。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する。
- ・水筒の中身は、その日のうちに処理し、毎日洗剤等で洗浄する。
- ・友達同士での回し飲みは、絶対にしない。

##### (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する。※1

- ①汗ふきタオル、着替え等
- ②保冷剤、首回りの保冷用具等
- ③日焼け止め予防に係るもの（日焼け止めクリーム等）
- ④塩分等の補給物 ※2

※1 ①～③については、各自で管理する。友達同士での使い回しや譲渡は絶対にしない。

※2 ④については、部活動・コミュニティクラブにおいて必要と考えられる場合のみ、指導者の管理の下で摂取する。（学校には持ち込まない。各自に合った補給物を指導者に預ける等する。）

#### 4 体調管理等について

- ・規則正しい生活習慣を心がける。（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。