

令和5年6月 20日

保護者の皆様

横浜市立西柴小学校
校長 柴原 美樹子

日差しが強く、昼間は真夏のような暑さになる日も増えてきました。

西柴小学校では、熱中症などによる健康被害が発生するリスクを考慮して、次のように子どもたちに伝えていきます。ご家庭でもご確認ください。

ねっちゅうしょうよぼうたいさく 熱中症予防対策について

- 登下校中や外での活動(体育・休み時間・クラブ活動等)の際は、帽子をかぶりマスクをはずしましょう。
- 通学路における熱中症予防のための道具は、おうちの人と相談して決めましょう。必ず記名をしてください。なくなったり壊れたりしても構わないものにしましょう。友達との貸し借りはしません。学校に着いたら、ランドセルや手提げにしまいます。
- 体を冷やすタオル(首掛けタオル)は、校内でも使ってよいです。ただし、学習中や給食中にタオルで遊んだり、活動に集中できなかつたりする場合は使えません。授業中にうちわや扇子は使いません。机の中など見えないところにしまいます。
- 水筒の中身は、原則としてお茶か水です。スポーツドリンクは、なしとします。長時間の外での活動などの時には、スポーツドリンクを許可することもあります。その場合は事前に連絡します。

※スポーツドリンクには大量の砂糖が入っています。(例えば、某清涼飲料水500mlに

→ 裏面へ

は、33g、11本分のスティックシュガーが入っています。) 普段から飲んでいると砂糖の取りすぎで体に害が出たり、虫歯になったりすることがあります。熱中症が心配な時は、水筒に味が変わらないくらいの塩(500mlに一つまみの塩)を入れるとよいです。

- 水筒の水が足りなくなった場合は、学校の水道水を入れます。
- 登校はランドセルが望ましいですが、どうしても暑くてつらいなどの事情があれば、おうちのひとと相談してリュックで登校してもよいです。ランドセルが望ましいのは、うしろに倒れた時に後頭部を守ったり、肩にかかる重さを分散し体に負担がかかりにくかったりする良さがあるからです。(登下校時の荷物が重くなりすぎないように学校においておける荷物が決まっています。担任の先生と確認して、必要以上に荷物を持ち帰らないようにしてください。)

※リュックで登校する場合は、連絡帳で担任にお知らせください。リュックには記名をし、ランドセルについている防犯ブザーを付け替えてください。また、必要なご家庭は、家の鍵などの入れ忘れにもご注意ください。

以上の対策は、運動会までを目安とします。