

# ほけんだより なつ 夏 りんじごう 臨時号

ねっちゅうしょう よぼう  
～熱中症を予防しよう～

令和2年6月12日  
横浜市立鳥が丘小学校  
校長 松崎 由里子  
養護教諭 荒井 真生

だんだんと暑くなってきました。学校でも屋外での活動の際は、こまめな休憩・水分補給を促すなど、熱中症予防に努めています。

文部科学省、環境省、厚生労働省の通知により、熱中症予防の観点から、状況に配慮してマスクをはずすことが可能であるとのことでしたのでお知らせいたします。

**暑い日の登下校時には、マスクをはずしてよいです。ただし、次のことに気を付けてください。**

- 人と十分な距離（2メートル以上）をとること
- なるべく会話をしないこと  
（はずしたマスクは、体育のときと同じように袋に入れてしまっておきましょう。）

## 学校では・・・

- 校舎内では、人との距離を保つのが難しいため、マスクを着用します。門を入ったら、マスクをつけられる準備をし、着用しましょう。
- 教室に入る前に手を洗い（せっけんをつけて30秒以上）、水分補給をしましょう。
- 校舎内でも暑いときには、周囲に人がいないことを確認して、マスクをはずし適宜休憩や水分補給をしましょう。

## 熱中症予防のために

- 帽子の着用・水筒の持参（中身は水かお茶等、暑いときはスポーツドリンクも可です。）をしましょう。
- 学校で過ごすときだけでなく、登下校のときにもこまめに水分補給（のどが渇く前に！がポイント）をしましょう。

## 保護者の皆様へ

これからの季節は、感染症対策と同時に、熱中症対策も行う必要があります。学校では、基本的にはこまめな休憩と、水分補給を促していきます。また、熱中症指数モニターを使用して、校舎内と屋外の暑さ指数を測定し、教育活動の参考にしています。学校でも指導していきますが、ご家庭でも感染症・熱中症対策についてお話しただけですようお願いいたします。