

令和6年7月19日

保護者のみなさまへ

徳島市南部中学校  
校長 滝川 尚

### 夏休み中の部活動について（熱中症対策）

日頃は、本校の教育活動にご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて、昨今、熱中症による救急搬送がたびたび報道され、十分な対策を講じた中で安全に活動することが求められています。

つきましては、環境省より発表される「暑さ指数（WBGT）」を参考に、夏休み中の部活動について、下記のように対応いたします。お子さまの健康維持のため、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

#### 1. 暑さ指数（WBGT）に応じた教育活動の実施

「環境省熱中症予防情報サイト」【徳島地点】における暑さ指数（WBGT）の実況推定値を確認し、「熱中症予防のための運動指針」（日本スポーツ協会）を参考にしながら、暑さ指数（WBGT）によって活動内容の変更や休止などの適切な措置をとります。（裏面の資料も必ずご確認ください。）

#### 2. こまめな水分補給の実施

運動時には、活動前・活動中・活動後に健康観察を実施し、こまめな休息と水分補給を行います。部活動に参加するときには、活動内容にあわせて必ず、冷たい水やお茶、スポーツドリンクなどの飲み物を多めに用意し、お子さまに持たせていただきますようお願いいたします。

#### 3. 部活動参加前の熱中症予防対策

体調不良や睡眠不足・朝食の欠食は、体温調節機能が低下して熱中症をおこしやすくなります。十分な睡眠と朝ごはんをとれるようにご協力をお願いします。体調が悪い時は、無理をせず、ご自宅で休養をとるようにしてください。

「夏休み部活動チェックシート（体調管理）」を活用し、健康観察を行います。すべての項目で○にならないと、練習に参加させることができません。ご理解・ご協力よろしくお願いいたします。

「夏休み部活動チェックシート（体調管理）」

月 日（ ）	練習前					練習後
	体調がよい	睡眠がとれている	朝食（昼食）を食べている	水分（コップに1杯以上）をとっている	水分を1以上持参した	顧問のチェック
7月20日（土）						

※ 部活動中に体調が悪くなった場合は、症状に応じた処置をしながら、保護者の方に連絡をします。必ず連絡がとれるようにお願いします。