

令和 8 年 5 月 1 3 日

保護者の皆様

徳島市昭和小学校長

熱中症の予防について（お知らせとお願い）

新緑の候、皆様方にはますます御清祥のこととお喜び申しあげます。日頃は本校の教育に御理解・御協力をいただき、厚くお礼申しあげます。

さて、本年も例年どおり暑い日が続きそうです。熱中症予防として、次のような対応策をとらせていただきたいと存じます。御理解と御協力をお願いいたします。

○教室等の温度は、28度を超えないようにする。

- ・ 28度を超えた場合は、エアコンの運転を行います。
- ・ 感染症対策として、冷房が効く程度に換気を行います。

○適切な水分補給を行う。

- ・ 気温や湿度、活動内容を踏まえ、水分補給の声かけをします。
- ・ 水筒を持たせてください。水筒の中身はお茶、水、またはスポーツドリンクをうすめたもの（糖分の摂りすぎを防ぐため）をご用意ください。
- ・ 水筒の中身を飲み干したお子さん（水筒を忘れたお子さんにも）には、保健室でペットボトルの水を渡し、後日、新しいペットボトルの水（500ml 程度）を持ってくるいただきます。

○帽子の着用や着衣の工夫をする。

- ・ その日の天候やお子様の体調に合わせて着衣を工夫してください。
- ・ 熱中症警戒アラート発表時には帽子の着用なしでの外遊びは控えるよう指導します。帽子を持たせてください。

○規則正しい生活をする。

- ・ 十分な睡眠とバランスのよい食事を心がけてくださいますようお願いいたします。
- ・ 自分でも体調管理に気をつけ、調子が悪いときにはすぐに申し出るようご家庭でもお話してください。

○運動の実施について

- ・ 環境省の示す暑さ指数（WBGT）が31を超える場合は、外遊びや体育の授業での運動等を中止します。