



発行と同時にホームページにも掲載しています

令和7年6月20日

木島平中学校通信 No.5

木島平村立木島平中学校長 武居 和紀

熱中症予防について

初夏の候、保護者の皆様におかれましてはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
また、日頃より本校の教育活動に対しまして、温かいご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。
日中の気温が高く、湿度も上がり始め、熱中症の危険が高まる時期となりました。特に暑さに体が慣れていないこの時期は、無理をすると体調を崩しやすいため、十分な予防対策が必要です。
本校では、熱中症予防のために以下のような対応を行ってまいります。ご理解とご協力をお願い申し上げますとともに、ご家庭におかれましてもお子様への声かけやご指導をよろしくお願いいたします。

記

1 水分補給について

- ・水筒やペットボトルを持参してこまめな水分補給をすることをお勧めします。
- ・中身は水またはお茶としてください。

2 注意事項

- ・衛生面から、水筒の回し飲みなどはせず、自分の水筒は自分で管理するようにしてください。また、水筒は毎日持ち帰って洗うようにしてください。
- ・ペットボトルの場合は、誰の飲み物かわかるように記名をする等の対応をお願いします。

3 その他予防対策

- ① 天候や気温、体調に応じて、衣服の調節を心がけましょう。
- ② 野外での活動時は、適宜日陰で休憩を取り、積極的に水分を補給しましょう。
- ③ 帽子や日傘などの暑さ対策グッズも有効に活用しましょう。
- ④ 十分な睡眠をとるなど、規則正しい生活を心がけましょう。睡眠不足や朝食抜きは、熱中症のリスクを高めます。
- ⑤ 体調に異変を感じた際は、無理をせず、すぐに申し出て休養をとるようにしましょう。

※ご不明な点等ありましたら、養護教諭 古畑までお尋ねください。

木島平村立木島平中学校
担当 白井 敬(教頭)
古畑 知子(養護教諭)
電話 0269-82-2032
FAX 0269-82-2009