

令和2年6月8日（月）

保護者の皆様

かほく市立河北台中学校

熱中症事故の防止について

平素より、本校の学校保健活動にご理解とご協力を頂き、ありがとうございます。気温上昇に伴い、熱中症が心配される時期となりました。今年度は特に、長い休校期間での体力低下、マスクの着用などにより、例年より熱中症リスクが高まることが予想され、生徒たちの健康管理により一層の留意が必要です。

学校では以下のように対応してきたいと思っておりますので、ご家庭でも体調管理を含め熱中症事故防止に向けてご協力をお願いいたします。

◆教室ではエアコンを活用し、学習に適した環境（気温28℃以下）を保持できるよう留意します。なお、エアコン環境下でも換気を行います。

◆体育や部活動では、気温・湿度、生徒たちの状態に応じて運動内容を調整します。

◆こまめな水分補給を促します。

※各自、水筒の持参をお願いします。中身は水、お茶又はスポーツドリンクとし、自己管理してください。

◆基本的にマスクを着用していますが、気候状況等により、熱中症による健康被害が発生する可能性が高いと判断された場合は、一時的にマスクを外すよう対応いたします。その際、換気や生徒間の距離を保つ、喋らないなどの配慮をします。

※給食、運動、体調不良時など、一時的にマスクを外す際、衛生的に保管できるよう、マスクケースの準備をお願いします。ジップ付きビニール袋、市販のマスクケース、巾着袋など何でも構いません。手作りケースの作り方をホームページで紹介していますので、ご覧ください。

◆ご家庭での生活リズムを整えて、体力作りをお願いします。特に、睡眠不足、朝食抜きは熱中症のリスクを高めます。十分な睡眠と食事、適度な運動で、熱中症に負けない体を作りましょう。