



気温や湿度が高くなってきて、熱中症が心配される季節になりました。今年は新型コロナウイルス感染症の影響で、より熱中症への注意が必要です。新型コロナウイルス感染症の影響下での熱中症対策についてお知らせします。

☆今年(ことし)は例年(れいねん)以上に熱中症(ねっちゅうしょう)対策(たいさく)が必要な理由(りゆう)

- ① 外出(がいしゅつ)自粛(じしゆく)で暑さ(あつ)に慣れていない
- ② 汗(あせ)をかき癖(くせ)がついていない
- ③ 臨時休業(りんじ休業)が長く、体力(たいりき)が落ちている
- ④ マスクをしていると喉(のど)が渇(かわ)かない
- ⑤ マスクをしていると水分(すいぶん)を摂(と)りにくい
- ⑥ マスクをつけていると口(くち)の中(なか)の温度(おんど)も高(たか)くなる

☆学校(がっこう)で気(き)をつけていること

- ・暑さ(あつ)になれるためにも業間(ぎょうかん)休み(やす)やお昼(ひる)休み(やす)は外(そと)で遊ぶ(あそ)ことを勧め(すす)めています。
- ・気温(きおん)が28℃以上(いじょう)あるときはエアコン(しょう)を使用(しよう)し、室内(しつない)の温度(おんど)が28℃以下(い)になるようにしています。
- ・WBGT(じ)を8時(じ)、10時半(じはん)、12時半(じはん)に計測(けいそく)して靴箱(くつばこ)の近く(ちか)に掲示(けいじ)し運動(うんどう)や活動(かつどう)、水分補給(すいぶんほきゅう)の目安(めやす)としています。



- ・熱中症(ねっちゅうしょう)対策(たいさく)のために、こまめな水分補給(すいぶんほきゅう)が必要です。お子様(おこさま)に忘れず(わすれず)に水筒(みづびん)を持たせるようにしてください。また、お茶(お茶)が足りない場合(場合)があるので、お子様(おこさま)に量(りょう)が足りているかを確認(確認)してください。水筒(みづびん)を忘れており保護者(ほごしや)の方に持(も)ってきていただくのが難(なん)しい場合(場合)や、水筒(みづびん)のお茶(お茶)が足りなくな(足りなくな)ってしまった場合(場合)、水分不足(すいぶんじふそく)による体調不良(たいてうふりょう)を防(防)ぐために500mlのペットボトル(ペットボトル)のお水(お水)をお渡(お渡し)します。その際(さい)は500mlのお水(お水)(銘柄(めいが)は何(なに)でもかまいません)を学校(がっこう)に返却(へんきやう)するようにしてください。ご協力(ごきやうり)をお願いします。
- ・汗(あせ)をかいて布マスク(ぬいマスク)が湿(ぬ)ってくると息(いき)がしづらくなります。そのような時(とき)や忘れ(わすれ)たりや汚(こ)れたりしてしま(しま)ったとき(とき)のため、予備(よび)のマスク(マスク)をランドセル(ランドセル)に入れておいてください。

