

令和8年5月18日

保護者様

一宮市立南部中学校長
櫻井 儀久

熱中症対策について

日頃は本校の教育活動に、ご理解とご支援をいただき、ありがとうございます。

さて、気温上昇に伴い、熱中症が大変心配されます。本校では、下記のように熱中症対策をとっていますので、ご家庭でも、体調管理に留意をしていただきますよう、よろしくお願ひします。(次項の資料もご覧ください。)

記

- 1 教職員は生徒の健康状態を把握するように努め、体調が悪くなったら、自分ですぐに伝えるように指導をしています。
- 2 毎日熱中症指数をWBGT(湿球黒球温度)指標計で計測し、全職員に知らせるとともに、生徒にも掲示で知らせたり、校内放送等で注意を呼びかけたりしています。
- 3 授業・部活動前後の健康観察と水分補給を必ず行い、活動の途中でも、随時日陰での休憩・給水タイムをとりながら、無理のない運動に心がけています。
- 4 熱中症対策用品を職員室と保健室、運動場、体育館、プールに用意して、体育の授業、部活動時にはいつでも持ち出し、対応ができるようにしています。

【熱中症対策用品】

・冷却剤 ・経口補水液 ・体温計 ・うちわ ・タオル ・霧吹き ・救急処置セット など

【ご家庭へのお願い】

- ① 毎朝、お子さんの健康観察を行っていただき、心配なこと等がありましたら、学校へお知らせください。
- ② 「早寝・早起き・朝ごはん」の生活習慣をしっかりと身につけさせてください。
- ③ 毎日、水筒やタオルを持たせるようにしてください。
- ④ 熱中症対策として、スポーツ飲料の持参を可としていますので、水筒に入れて持たせてください。ただし、体育祭前などはペットボトル(ペットボトルカバー使用)も可とします。

※一宮市教育委員会主催の熱中症に関する研修会において、専門医より「スポーツ飲料は、ナトリウムの他に、糖分も多く含まれているものが多く、多量に飲用すると子どもたちの健康上好ましくない場合がある」と指導を受けました。持参させるときは、ご考慮ください。

- ⑤ 登下校時、部活動時、体育の授業中など、屋外での活動では帽子を着用させてください。
- ⑥ 熱中症の危険が極めて高いことが予想される日の前日夕方や当日早朝に、暑さ指数の予測値に応じて、都道府県ごとに「熱中症特別警戒アラート」「熱中症警戒アラート」が発表されます。発表された場合は「外出を控える」「エアコンを活用する」など、熱中症に十分警戒して過ごしてください。

ご不明な点がありましたら、学校までお問い合わせください。

連絡先：一宮市立南部中学校 電話(0586)28-8753

【担当】養護教諭 木村 侑奈 ・ 貴島 文華

知って防ごう熱中症*家庭編

熱中症とは？

<保護者用>

暑い環境で、激しい運動をしたり、長時間、体を動かしたりすると、体の中の水分が不足し、十分な汗が出ず、体温調節ができなくなり、体の調子が悪くなる病気です。重症になると、意識がなくなり、場合によっては命に危険がおよぶこともあります。

●こんなときは要注意！

天候

- ★ 気温が高い
- ★ 湿度が高い
- ★ 急に暑くなった



体の調子

- ★ 睡眠不足
- ★ 朝食を食べていない
- ★ いつもより体がだるそう

体調不良は事故のもと

● 出かける前に

1 健康チェック！

頭は痛くない？

体はだるくない？


いつもより元気がない？

よく眠れた？

朝ごはんを食べた？

2 持ち物チェック！

飲み物 

ぼうし 

保冷グッズ

*必要に応じて

- お子さんのことで何か気になることがあれば、学校にご連絡ください。
- 場合によっては、体育祭や部活動の大会など

大切な日でも休ませることが大切です。