

“協力”は“強力”

2022年5月19日(木)



暑い季節を快適に過ごしましょう

例年より早く、日差しが強かったり、蒸し暑さを感じたりする日が増えてきました。生徒の皆さんが健康で安全に学校生活を送ることができるように、体調に合わせた対応をしていきましょう。



水分



- 水筒の中身はお茶、スポーツドリンクにし、こまめにとりましょう。
 - なくさないためにも、水筒には記名をしましょう。
(例年、落とし物が多くて困っています。)
- ※ 衛生面や感染症対策を考慮して、お茶やスポーツドリンクを友達にあげてはいけません。



帽子



- 日差しが強いときの登下校、体育や部活動などで使用しましょう。
- <色> 白、グレー、紺、黒の無地で地味なもの(ワンポイント可)
- ※ 華美でないもの。
- <形> ひさしがついたキャップ型の帽子(メッシュ可)
- ※ なくさないためにも、帽子には記名をしましょう。

◎ すでにちょうどよい帽子を持っている場合は、それを使ってください。「この帽子は大丈夫か」と、判断に迷う場合は、事前に担任の先生に相談してください。

その他



【汗をふくためのシート】

- 運動後の汗がべたつく場面など、必要なときに使うことができます。

【日焼け止め】

- 登下校で太陽の下に長い時間さらされるなど、必要なときに使うことができます。

※ 【汗をふくためのシート・日焼け止めについて】

どちらも気管支の弱い生徒や喘息持ちの生徒など、周囲に迷惑をかけないために、無香料のものを使用しましょう。

また、スプレータイプやパウダータイプのものは禁止です。

- ◎ 登下校時に、保冷スカーフを使うことができます。

「肌が弱く、日焼け止めを塗ることができない。」などの場合には、日傘を使うこともできます。

【マスクの取り扱いについて】

- 気温や湿度や暑さ指数(WBGT)が高いときはマスクを外すようにしましょう。

※ 人との距離をとったり、近距離での会話を控えたりすること。

- マスクを着用しているときは、強い負荷の運動や作業は避けましょう。

※ こまめに水分補給をしたり、マスクを外して休憩したりすること。

