

2021年5月31日（月）発行

熱中症対策をしましょう！

今年は、例年より早く梅雨入りし、雨で蒸し暑い日もあれば、からっと晴れて30℃近くまで気温が上がる日も出てきました。この先の1か月予報を見ると、これから本格的な梅雨空となり、気温は平年並みか高い予想となっています。つまり、梅雨時期らしい蒸し暑い日が多くなる見込みです。本格的な暑さが到来する前は、**体が暑さに慣れていないこともあり、熱中症のリスクが高まります。**これからは、コロナ対策だけでなく、熱中症対策も万全にしながら生活していきましょう。そこで今回は、「**スポーツドリンクの持参可**」「**保冷具の持参可**」「**帽子の着用**」についてお知らせします。家庭でよく相談して、必要であれば学校へ持ってきて結構です。

①スポーツドリンクの持参可

- ・ お茶（水筒）の補助として持ってくること。
- ・ ペットボトルは、カバーをつけて持ってくること。
- ・ ペットボトルは、家庭で処分すること。



②保冷具の持参可

- ・ 首に巻く保冷具（ネッククーラー）を持ってくることもよい。



③帽子の着用

- ・ 着用してもよいとき
体育の授業、9月の学校祭のブロック練習、外部活動の練習
- ・ 種類…つばつきの帽子
例>>>スポーツ用の帽子（ただし、華美でない物に限る）
自然教室で使用した帽子
部活動で使用している帽子

直射日光を防ぐと、5℃～10℃くらい、頭の温度の上昇を防ぐことができるらしい。



- ※ 帽子の種類で困った場合、担任の先生に相談してください。
- ※ 帽子をカバンにぶら下げないこと。カバンの中に入れておきましょう。

①～③の期間 6月1日（火）～9月30日（木）とします