

平成28年5月6日

保護者の皆様へ

深谷市立川本中学校
校長 福島 陽一

熱中症の予防について（お願い）

新緑の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご清祥のことと拝察いたします。

また、日ごろより、本校の教育活動にご理解ご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、気象庁によりますと、今後、本格的に暑くなり、夏日・真夏日が多くなると予想されています。そのため、屋外だけでなく、屋内でも熱中症の発症が危惧されます。

つきましては、熱中症予防のため、ご家庭でも、下記の点にご留意くださるようご協力をお願いいたします。なお、本校の熱中症予防対策についてもご確認ください。

記

◆ ご家庭での熱中症予防の留意点

- 1 こまめに水分を補給し、休憩をとること。
- 2 涼しい服装をすること。
- 3 帽子をかぶるなどして暑さを避けること。
- 4 日かげを選んで遊ぶこと。
- 5 暑さに備えた体づくりをすること。

◆ 本校での熱中症予防対策

- 1, 暑い季節の運動は、なるべく涼しい時間帯に行い、こまめに休憩と水分を補給させます。
※熱中症予防のための運動指針から
 - 2 4度まで 適宜水分補給
 - 2 4度～2 8度 積極的水分補給（運動の合間に水分を補給する）
 - 2 8度～3 1度 積極的休息（3 0分おきに休息をとり、水分補給をする）
 - 3 1度～3 5度 激運動中止（積極的に休息をとり、水分補給をする）**3 5度を超えた場合は、原則、運動を中止する。**
- 2, 部活動担当者は、生徒の健康観察等を活動前に行い、熱中症の予防や早期発見とその処置に努めます。また、猛暑日になることが予想される場合には、校内放送等を活用し、熱中症予防の喚起に努めます。
- 3, 生徒の体面を考慮し、身体が暑さに慣れてない時期では、暑さに慣れるまでは、短時間で軽めの運動を行うなどの練習メニューを行います。
- 4, 屋外のみならず屋内においては、運動やスポーツをしなくても条件が重なれば熱中症になることがあるので、体育館等で行う集会活動では、換気を十分行います。
- 5, 教職員のAEDの操作講習会を行い、いつでも・どこでも使用できる体制を取っています。