

令和2年7月3日

保護者の皆様へ

豊岡市立八条小学校
校長 川端 義明

熱中症及び新型コロナウイルス感染症予防について（お願い）

初夏の候、保護者の皆様にはますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

さて、今季は夏休みが短縮されることにより、熱中症に対してより一層、注意が必要になることから、みだしのことにつきまして、下記の通りに今後の取り組みをまとめました。

つきましては、今後も規則正しい生活を支えていただくとともに、このことにつきましてもご協力をお願いします。

記

1 早寝、早起き、朝ごはん、適度な運動で元気な体づくり

*夜は、決めた時間には寝て、朝ごはんを必ず食べてから登校するようにしてください。

2 十分な量のお茶を持参・スポーツドリンクの持参可

*十分な量のお茶を持たせてください。但し、冷やしすぎたお茶をたくさん飲むと、胃腸をこわす元になります。冷やしすぎに注意しましょう。

*お茶にプラスして、スポーツドリンクを持参してもよいこととします。スポーツドリンクには、糖分が多く含まれているので、500mlの場合、水で半分に薄め、そこに塩を1～2g加えたものがお勧めです。学校には500mlあれば十分です。

3 汗ふき用のタオルを持参

*汗ふきタオルを持たせてください。

4 置き傘の準備

*傘を日差しがきつい場合には日傘としても使用できるように、学校に置き傘をしておきます。

5 首を冷やす物の使用可

*登下校時に、ぬれたタオル等、首を冷やす物を使用してもよいこととします。ただし、保冷剤のついている物や、扇風機型の物の使用は禁止とします。

*ぬれたタオルを入れる袋の準備もお願いします。

6 予備のマスクを持参

*マスクが湿ってきた時や汚れた時のために、替え用の予備マスクをランドセルに入れておいてください。

7 その他

*応急処置に使用するため、保健室には経口補水液（OS-1）、スポーツドリンクを常備しています。体質的に飲めない場合は、担任にお知らせください。

*持ち物にはすべて名前を書いてください。