

# ほけんだより

保護者の  
皆様へ

令和6年7月3日(水)

敷島南小学校保健室

ひと かみ み  
あうちの人に必ず見せてください!

## 熱中症対策にご協力をお願いします!



本日、この夏はじめて山梨県に「熱中症警戒アラート」が出されました。

熱中症の予防対策の目安として、昨今、**暑さ指数(WBGT)**が広く利用されています。暑さ指数は、気温や湿度、日光の強さなどから、総合的に算出される数値のことで、暑さ指数計を用いて測定できる他、環境省が1時間ごとに実測値と予測値を発表しています。「熱中症警戒アラート」とは、この“暑さ指数”の最高値が規定以上になることが予測される場合に発表されます。(発表時刻は、前日の17時または当日の5時です。)

熱中症警戒アラートが発表された場合は、徐々に気温が上昇し、お昼前後にはかなり暑くなることが多く、日中の時間帯は屋外での活動・運動には特に注意が必要とされています。学校では、環境省から発表される熱中症予防情報に加え、暑さ指数計による実測をもとに活動内容を検討するなど、児童の健康・安全に留意して対応するようにしております。場合によっては、事前にお知らせした学習活動の変更を行うこともありますが、ご了承くださいますようお願いいたします。

### ～ご家庭で、次の点にご協力をお願いします～

\*水分補給のため、**水筒**を持たせてください。

衛生面にもご留意いただき、水筒は毎日中身を取り替えるとともに、よく洗浄して利用するようにしてください。

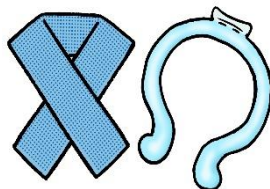
手に直接持って登校しているお子さんを見かけますが、転倒の際の安全面などから、できるだけ手提げ袋を利用したり、肩にかけるようにするなど、ご配慮ください。



\*登下校の際、時間帯によってはかなり暑い場合もあります。**帽子**をかぶらせてください。

また、**ネッククーラー**(湿らせて首に巻くものや、保冷剤のような材質でできていて、冷凍・冷蔵しなくても首に付けるとひんやりするものなど)もご利用ください。

※ネッククーラーは、安全のため、運動時などは外します。



\*休み時間や体育の後などは、汗をたくさんかいているお子さんが多いですが、

**ハンカチ**や**タオル**を持ってきていないお子さんも見られます。

必ず、清潔なハンカチやタオルを毎日持たせてください。



\*睡眠不足や疲れがたまっている時、食事がきちんと取れていない時などは、少しの暑さでも熱中症を起こしやすくなります。普段から**規則正しい生活**を心がけていただくとともに、特に**睡眠・食事**には注意してください。

