

令和8年7月

保護者 様

倉敷市立玉島北中学校
校 長 石 井 亨 治

学校生活における熱中症対策について（お知らせとお願い）

盛夏の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。また平素より、本校の教育活動につきまして、ご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

さて、周知のとおり今年もすでに猛暑日・酷暑日が続いております。令和7年度には、本校生徒会が主体となり、スポーツドリンクに関する生徒の意識調査を実施して、新たな熱中症予防対策について策定しました。今年度もそれを踏襲し、備南東地区新人戦や本校体育会が実施済みとなる**10月の末まで**を目途に、下記の熱中症予防対策を行うことにいたしました。

皆さま方におかれましては、本趣旨をご理解の上、各ご家庭で、命や健康を守るため、必要に応じたご対応をよろしくお願いいたします。

記

1 持参や使用を可とするものについて

・スポーツドリンク（水筒に入れて）

※周知のとおり、スポーツドリンクには、多くの糖分が含まれています。命や健康についてお子さまが主体的に考え、運動量や気温等に応じて同飲料が有効活用できますよう、各家庭でのご指導をお願いいたします。

・汗拭き用タオル

・登下校時の帽子・日傘の使用（帽子は学校や部活動で指定されたもの）

2 学校での指導・配慮事項について

・熱中症防止を最優先し、原則、**屋外**（登下校を含める）では**マスクを外す**よう指導を行います。

・体育の授業や運動部では、活動時に、原則マスクを外すよう指導を行います。

・体育の授業や運動部の活動においては、基礎練習等、できるだけ**日陰**で行うようにします。

・夏季休業日の野外の部活動は、可能な限り、**一番暑い時間帯を避ける**よう設定をします。

・複数の熱中症指数計を活用し、基準値を超える場合には速やかに、活動を中止したり活動場所や活動内容を変更したりする等の対応を行います。

3 その他

・部活動の時間も含めて、十分な水分補給ができるようご配慮ください。

・**学校の水道水は飲水可**です。（水筒の中身がなくなった場合は補充できます。）

・暑さによって食欲がなくなりがちですが、ご家庭でもしっかり食事をとらせてください。

・「早寝・早起き・朝ごはん」など、規則正しい生活を心掛け、体調管理に気を付けてください。