

## 熱中症予防について

連日、38度を超える記録的な猛暑が続いております。保護者の皆様におかれましては、お子様の体調管理にご配慮いただいていることと思います。学校では、子どもたちの健康観察を徹底しながら熱中症予防のための対策を次のように行い教育活動を進めております。

- ・ 室外での活動時間の短縮・内容変更・実施時期延期する場合があります。
- ・ 放課後の居残り遊びを中止します。(7月19日・20日・23日) 茶道部・放課後まなび教室はあります。
- ・ 体育の水泳学習を見学する児童は、保健室などで学習をします。
- ・ 教室のエアコンでの室温調整を行います。
- ・ 水分補給の声かけを行います。

夏季休業中の水泳学習や自然観察会についても内容変更・時間短縮・延期・中止などを行う場合があります。延期・中止の際は、メール配信・学校HPにてお知らせします。4年生「みさきの家」の活動につきましても内容を変更して実施させていただく場合があります。

ご家庭におかれましては、お子様の様子をよく観察していただき、体調がすぐれない時には無理をさせず参加を控えるなど、お子様の体調に十分ご配慮いただくようお願いいたします。

熱中症予防のため、下記をご参考にご対応いただきますようお願い申し上げます。

### 記

#### (1) お願い

- 必ず朝ごはんを食べてから、活動に参加させてください。
- 睡眠不足の場合は、体調をよく観察し、活動を見合わせるなどしてください。

#### (2) 対策

- ア 暑いときの活動では、休憩と水分補給を頻繁に行う。
- イ 子どもの健康状態を把握し、睡眠不足など体調がすぐれないときは、活動を軽減し、活動中も特に注意を払う。
- ウ 通気性・吸湿性のよい服装や直射日光を遮る帽子等を着用する。
- エ 具合が悪くなった場合には、早期に活動を中止して手当をする。
- オ 見学や休憩の場合は、日陰を利用する。

#### (3) 応急手当

- ア 応答が鈍い、言動がおかしい、意識がないといった意識障害がある場合は、直ちに救急車を要請する。
- イ 体温が高い場合は、不要な衣服を脱がせ、水をかけたり、濡れタオルを当てたりして、うちわや扇風機などで扇ぐことにより積極的に体を冷やしながら、直ちに救急車を要請する。また、頸部や脇の下、足の付け根などの大きい血管を冷やす。
- ウ 安全で風通しのよい日陰や、できれば冷房が効いている室内などに移し、衣服を緩めて寝かせ、呼吸をしやすくする。
- エ 水分と塩分(スポーツドリンクや経口補水液など)を補給する。熱けいれんの場合は生理食塩水(0.9%)などの濃いめの食塩水を補給する。