

おはよう

令和2年7月2日(木) 第14号 (発行者 校長 遠藤 修)

<教育目標>

- ☆進んで学ぶ子ども(知)
- ☆健康でたくましい子ども(体)
- ☆みんなで助け合う子ども(徳)

<校章の由来>

外形は学校を取り囲む山々を表し、その内側には健やかな成長と社会貢献を願い、杉の若芽が描かれています。



マスクと熱中症対策



じめじめと鬱陶しい梅雨の季節ですが、晴天の日には30℃近くまで気温が上昇し、熱中症に十分注意する必要があります。特に今年はマスクを着用しているため、熱がこもりやすく危険だといわれています。

先日の全校集会で養護教諭から夏の間のマスクのルールについて話がありました。WBGTの暑さ指数で「警戒」となった時には、人との間隔を十分にとった上でマスクを外すことや、それ以外でも息苦しさを感じたり、立ちくらみしたりした時には自分の判断でマスクを外してよいことを確認しました。自分の体調から正しく判断し、行動できるように指導したいと思います。

気温(目安)	暑さ指数(WBGT)	温度基準	マスク	生活の中で気をつけること	熱中症を予防するために運動で注意すること
35℃以上	31℃以上	危険		外出はなるべく避け、涼しい部屋で過ごす。	運動は原則中止 特別の場合以外は運動を中止する。特に子どもの場合には中止する。
31~35℃	28~31℃	厳重警戒	具合が悪くなってしまう場合があるので、暑さで息苦しく感じたときはマスクを外してもかまいません。	外出時は炎天下を避け、室内では室温に注意する。	熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。10~20分おきに休憩をとり水分・塩分の補給を行う。暑さに弱い人は運動を軽減または中止する。
28~31℃	25~28℃	警戒		運動や激しい作業をするときには、こまめに休む。	熱中症の危険が増すので、積極的に休憩をとり、水分・塩分を補給する。激しい運動では、30分おきくらいに休憩をとる。
24~28℃	21~25℃	注意		熱中症になる危険性は少ないが、激しい運動や重労働時には注意する。	熱中症による死に事故が発生する可能性がある。熱中症のサインに注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全		体育の授業以外、マスクをつけてください。	通常は熱中症の危険は少ないが、状況に合わせて水分・塩分の補給は必要である。運動になっていない人はこの条件でも熱中症になる可能性があるため注意。

※暑さに弱い人：体力の低い人、肥満の人や暑さに慣れていない人など

6/29 ふれあい弁当デー



大変お忙しい中、第1回親子ふれあい弁当デーへのご協力ありがとうございました。

どの子ども自分で早起きして作ったお弁当を食べるのがとても楽しみで、お昼の時間が待ち遠しかったようです。

全員が「おいなりさん」という偶然もありましたが、お家の人と話し合っってメニューを決めたり、自分で調理したりしたお弁当はどれも大変おいしそうでした。

季節の野菜やくだものが入り、栄養バランスの整ったお弁当の様子から、保護者の方の適切なご支援とご配慮がうかがえました。感謝申し上げます。



「マイ弁当」みんな笑顔で

リアルタイム線量測定システムの数値(校庭)
0.085 μSV/h 7/2 7:20
(文部科学省HPの放射線モニタリング情報)
<http://radioactivity.nsr.go.jp/map/ja/>

桶売小学校 電話 0246-84-2230
Fax 0246-84-2240
在籍児童数 男子2名 女子2名 計4名
<https://iwaki.fcs.ed.jp/桶売小学校>

