

令和2年 4月 9日

保護者様

いわき市立植田東中学校長 若松 真一

飲み物の持参について

このことについて本校では熱中症だけでなく病気の予防のために1年を通して飲み物の持参を許可しております。

学校生活で必要とする飲み物ですので、以下の約束事に従ってください。

なお、運動部のお子さんは活動量も増えてくることから、熱中症予防も含めてご家庭でもご協力をお願いいたします。

1. 気温が高い日は衣類等による体温調節を行ってください

- (1) 6月になると衣替えになりますが、運動時は汗をかくことが多くなります。各自タオルを準備し、汗の始末をきちんとさせてください。
- (2) 衣替え前後でも気温の高い時には半袖体操服・ハーフパンツで体育等の活動ができるように準備をしてください。

2. 食事による塩分の摂取について

ミネラルや塩分が不足すると熱中症を起こしやすくなります。特に朝食は、塩、醤油、味噌などで味付けしたものをとらせるようにしてください。

3. 飲み物について

- (1) 飲み物の容器：ペットボトルまたは水筒
- (2) 飲み物の種類：水・お茶（無糖）スポーツドリンク（経口補水液を含む）に限ります。
- (3) 飲み物を飲んでよい時間：休憩時間、または教師の指示があった時に限ります。
※授業中、校内での活動中、また登下校中歩きながら飲むことは認めません。
- (4) その他注意事項
 - 新型コロナウイルス感染症等予防のために水筒やペットボトルの回し飲みは絶対にしないでください。
 - 部活動での水分補給については、各顧問の指示に従ってください。

ルールを守らないお子さんがいる場合、飲み物持参の対応を検討せざるをえません。
ご家庭でも確認をお願いいたします。

【事務担当者】
養護教諭 加瀬 丈子
(TEL 62-8300)