

令和2年 6月 5日

保護者 様

いわき市立植田東中学校長 若松 真一

### 新型コロナウイルス感染症対策中の熱中症の予防について

日に日に気温が上がり、特に熱中症には注意が必要な季節になりました。今年度は新型コロナウイルス感染症対策のために、マスクの常時着用が求められていますが、マスクを着けていると口元に熱がこもるだけでなく喉の渇きに気づきにくくなり、特に熱中症を起こす危険があります。

また、夏休み期間も今年度は授業を行う予定ですので暑さにより体調を崩すお子さんが出ることも心配されます。

そこで、今年度については、熱中症予防のために以下のような対策をとります。

#### 1 衣類による温度調整

○朝から気温が高い日は、登校後、半袖体操服・ハーフパンツに着替えることを指示します。

#### 2 暑さ対策グッズの使用

○ネッククーラーやクールタオルなど首に巻いて体温を下げるようなグッズを使用してもかまいません。

※保冷剤を使用するタイプのものは、取り出して破損することのないようにしてください。

適正に使用していたにもかかわらず破損した場合は自宅に持ち帰り処分してください。

※うちわや扇子、携帯用扇風機の使用は授業の妨げになるため使用できません。また、冷えピタなどの冷却シートは皮膚を覆うことになるため使用しないでください。

#### 3 授業中の水分補給

○今まで授業中の水分補給は主に体育の時間に行っていましたが、今シーズンは原則としてすべての授業で水分補給の時間を設けます。水筒に氷を入れるなどして冷えた飲み物を持たせてください。

※理科など、誤って口に入れると危険な薬品等を扱う授業では安全面から授業中の水分補給をさせることができないことがあります。このような場合は、授業の前後に摂るように指示をします。

※水分を摂って良い時間はすでにお知らせした通り、休憩時間と教師が指示をした時に限ります。

○飲み物（水・お茶・スポーツドリンク・経口補水液）の入れ物は水筒にしてください。

今まで簡便性からペットボトルに入った飲料も認めていましたが、衛生面で細菌の増殖などの心配があります。低い温度を維持できるように水筒に氷を多めに入れて飲料を持たせてください。

水筒に飲料を追加する場合はペットボトルの持参を認めますが、直接口をつけて飲むことは避けてください。

○飲み物は机についているフックに掛けられるように、専用のボトルケースやバック等の準備をお願いします。(紙袋やレジ袋は不可)

### [水筒を入れるケースやバックの例]



家庭にある水筒の大きさに合う手提げバックでかまいません。

6月22日(月)までには水筒に切り替えることができるように準備をお願いいたします。

※熱中症予防のためには規則正しい生活を送り、食事から水分や塩分を補給することを日頃から心がけてください。