

令和6年6月25日

保護者の皆様

長浜市立北中学校  
校長 寺橋 豊広

### 熱中症対策と予防について（お知らせとお願い）

向暑の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご健勝にてお過ごしのこととお喜び申しあげます。日頃は、本校の教育活動にご理解とご協力を賜り誠にありがとうございます。

さて、夏本番に向けて、熱中症に関わる生徒の健康面への配慮が必要となっています。近年、熱中症による救急搬送もたびたび報道され、その予防が大きな課題となってきています。

つきましては、環境省より発表される「熱中症警戒アラート」等を参考に、下記のように対応いたしますので、ご理解とご協力のほどお願い申しあげます。

### 記

#### 1 暑さ指数（WBGT）について

- ・グラウンド、体育館、武道場に熱中症指数計を用意し、適宜チェックを行います。その中で指数によって適切な休憩や水分・塩分補給、取組場所の変更、取組内容の変更や、場合によっては、取組を中止します。指数が31を超える場合には運動は原則中止します。

#### 2 水分補給について

- ・十分な量の水分の持参にご協力ください。また、期末テスト明けの6月26日（水）から体育祭終了まではスポーツドリンクの持参を可とします。

#### 3 帽子着用について

- ・頭部を直射日光から守るため、そして「いのちを守る」ため、着用を強く勧めています。
- ・汗対策として着替え・タオルの用意をお願いします。

#### 4 マスクの着用について

- ・マスクを着用した状態での運動は、熱中症リスクが高まり、健康被害が発生する恐れがあるため、運動中はマスクを外すよう指導を行います。ご家庭でもお子様の状況に合わせた声かけをお願いします。

#### 5 睡眠や食事について

- ・睡眠や朝食（食事）を十分にとり、体調が万全の状態に登校できるようにご協力ください。
- ・体調がすぐれない時は自宅で休養するとともに、学校において体調不良を感じた際には、無理をせず教職員に申し出るようお子様にお話ください。