

夏季水泳指導中の熱中症予防について（お知らせとお願い）

日頃より、本校の教育活動にご協力と協力をいただき感謝申し上げます。

さて、ご存じのとおり、連日30を超える日々が続いております。気象庁からは、今後は、35を超える暑さになるという予報も出されました。

そこで夏の水泳指導の際、プールサイドに水筒を置き水分補給をすることを基本として、下記のとおり熱中症予防対応を取ることにいたしました。児童に水筒を持参させていただきたくお知らせいたします。

保護者の皆様には、何とぞご理解ご協力をいただけますようお願いいたします。

記

1 水筒の中身について

スポーツドリンク、経口補水液等の許可をします。プールサイドにシートを敷いて管理をするともに、指導中に適宜補給を行います。補給をするのはコップ2杯程度ですので多く入れすぎないようにお願いいたします。（ペットボトル自体を入れるタイプの水筒も可です）

各ご家庭での水筒の衛生面での管理をお願いいたします。

従来の水やお茶でもかまいません。全ての児童に概ね2回程度の水分補給を行います。

2 許可の理由

夏休みの水泳指導は、通常の学校とは違い空調機器を十分に利用できる環境ではありません。猛暑が連日続く条件が重なれば、大量の汗をかくことが予想されます。水泳指導中に十分な水分や塩分等の補給が得られないことで下校中などに熱中症になることを避けるのが今回の対応の大きな目的です。

3 スポーツドリンク、経口補水液等の補給の時間帯

夏季水泳指導中のみといたします。学習補充教室やねりっこでは、これまで通り水やお茶を飲料します。校内には冷水機もありますので、こちらを使用できます。

必要に応じて、プール用とねりっこ用など二つ持たせるなど工夫をお願いいたします。

4 その他の熱中症予防対策

暑さ対策として、校帽の着用、クールネック、アイスノンなどの保冷剤の使用を呼びかけております。ご家庭でも水泳指導や補充教室で登校する際には、必要に応じて保冷剤等を持たせていただきますようお願いいたします。

水泳指導参加日には、お子様の健康観察には特段の注意を払ってください。食事を摂っていない、熱はないが調子は十分でない（疲れている。夏ばてなど）場合は参加を控えるようお願いいたします。

ご不明なところがありましたら、下記連絡先までお知らせください。

連絡先 練馬区立北町西小学校 副校長 齋藤 玲子

Tel. 3932-7234