

平成30年7月19日

保護者各位

天栄村立天栄中学校長 佐浦 雅明

### 猛暑による熱中症防止について

猛暑が続いておりますが、保護者の皆様におかれましてはますますご清栄のこととお喜び申し上げます。

さて、連日35℃を超える暑さが続いており、全国的に熱中症にかかる方々が急増し、先日は小学校の児童が校外学習から戻ってきて、教室で倒れ死亡するという事案も発生しております。

つきましては、今年度の猛暑期に熱中症防止の対策として下記のとおり取り組んで参りますので、ご理解の上、ご協力をいただけますようお願い申し上げます。

### 記

#### 1 従来の対応

- 高温時の生徒の体調観察の徹底
- 部活動中のスポーツドリンク等の摂取（水筒等の持参可）
- 冷房の適切な使用
- 日常の水分摂取、日中の帽子着用の推進



#### 2 今年度の猛暑への対応

- 高温時の運動制限  
（30℃を超えた場合は短時間の運動と十分な休憩時間の確保）
- 夏季休業中の部活動にはスポーツドリンク等の十分な摂取（水筒等の持参可）
- 原則的に1日3時間未満の活動（練習試合、合宿等は除く）
- 週2日以上 of 休養日の設定
- 適切なクールダウン（涼しい部屋を準備し休憩させる）
- 2学期以降も猛暑が続くような場合は、学校生活全般でのスポーツドリンク等の摂取

**※ お子様の体調が良くない場合は、決して無理して部活動に出さないでください。**