

笑 顔

親園中学校保健室 R3.5.7



保護者の皆様へ

コロナ禍における熱中症予防について（お願い）

定期健康診断をはじめ、学校保健・安全活動への御協力、誠にありがとうございます。

さて、新型コロナウイルス感染症が日本中でまん延し、第4波に対する予防対策の延長が濃厚となっています。栃木県内の警戒度レベルは、依然「**嚴重警戒レベル**」が続いており、クラスター発生場所も多様化し、予断を許さない状況です。

このような中ではありますが、学校生活は生徒の安全な環境を維持し、学びの場として日々活動しています。21日に控えた体育祭の実施に向けて、生徒たちは準備に練習にと、毎日生き生きとした姿をみせています。このがんばりを無事に成功させるためにも、家庭生活における予防対策の徹底をお願いします。

1 コロナ禍熱中症予防

「新しい生活様式」で、マスクの装着は感染予防に必須とされています。

ただし、マスクの装着は、①呼気が温められる。②呼吸のたびに体温が上昇する。③温まったマスクで顔面からの放熱が滞り、顔面の温度が上昇する。などの熱中症リスクを高める可能性があります。現在、自転車での登下校の際は個人判断で、またソーシャルディスタンスが保たれた状態での運動下では教師の指示のもとで、マスクを外しての活動を行っています。万全な管理下で予防に努めますが、御家庭での御協力もお願いします。

なお、今後の感染症状況によりましては、常時マスク装着をお願いする場合がありますので、御理解の上、対応をお願いします。

(1) 検温

生徒は、毎日の健康状態と検温の記録（含休業日）をフォーサイトに記録し、自己の健康状態を把握します。いつもと違っていた場合は無理せず、その状態を健康観察で担任に伝えます。

また、一日の行動記録の中でマスク装着の有無は、濃厚接触者かどうかの重要な判断基準になります。いつ、どこで、どのような状態であったかを、自分できちんと行動管理できるようにします。（感染症の疑い等、発症報告があった場合の保健所の濃厚接触者調査対象の情報提供に必要です。）

(2) 熱中症弱者（小児や高齢者、持病のある人）に該当するような症状（自律神経や体温調節機能が弱いなど）の健康情報

保護者は、お子様が上記に該当する場合、既往歴や健康情報を、あらかじめ担任にお知らせください。職員で共有し、早期発見・事故防止に努めます。

(3) 体調管理（朝食の摂取）

生徒は、規則正しい生活を心がけ、体調を整えてイベントに臨みます。しっかりと朝食を摂ります。食事の中から、熱中症予防のために必要な糖・ミネラル等を摂取し、予防に努めます。

(4) 水分補給（水筒）

学校では、感染症予防の観点から日常的に水分を補給することを勧めています。各自、水筒を持参し、休み時間や部活動中は自己管理で、授業中においても教科指導担当者のもと、こまめな水分補給に努めています。（水筒の準備がまだの御家庭は、水・お茶入りの水筒を持たせてください。）

イベント当日は、これらのほか、天候に応じて健康管理に必要な物品の指示があるかもしれませんので、暑さ寒さに対応した準備をお願いします。