

令和4年4月24日

保護者様

筑西市立嘉田生崎小学校長 宮川 勉

### 暑さに伴う水分補給について（水筒持参のお願い）

惜春の候、保護者の皆様にはますますご健勝のこととお喜び申し上げます。また本校の健康教育へのご理解・ご支援等に厚く感謝申し上げます。

今年は、4月中でも、夏日（気温25度以上）の日が出てきている現況で、平年より高めの気温の推移が予想されています。学校では、子どもたちの熱中症予防に留意しているところです。

つきましては、水筒に飲み物（甘くない水・お茶・麦茶）を入れて持たせていただけますよう、お願い申し上げます。（水筒の持参は天候等にもよりますので、強制ではありません。ペットボトルの持参は不可とします。）

なお、学校では水道水が利用できます。

※水筒への補給としてペットボトルを持参するのもおやめください。

#### 【熱中症予防のために】

- 疲労・睡眠不足・朝食抜きは体調をくずす原因となるため、規則正しい生活を心がける。
- 外出するときは帽子をかぶる。
- 水分をこまめにとり、日陰で休む。

#### 【衛生面を考えて】

- ハンカチやタオルを常に身に付けて、こまめに汗を拭きとる。
- ハンカチやタオルは毎日洗濯したものと取り換える。
- 外から帰ったら必ず「うがい」や「手洗い」をする。



