



桜だより

伊丹市立桜台小学校
校長 日外 亮

「校長先生の日記」もチェックしてください♪⇒



6月17日(火)



このところ蒸し暑い日が続いています。本日も上空に流れ込む暖かい空気と強い日差しの影響で、兵庫県内でも最高気温が30度を超える市町が多くなり、中には猛暑日に迫る所も出てきているようです。ちなみに和歌山県では熱中症警戒アラートが発表されています。一般企業においても労働者の熱中症重篤化を防止するため、労働安全衛生規則が改正され、令和7年6月1日から施行されるなど、社会的な問題となっています。

これから更に気温や湿度が高くなり、熱中症の危険が高まる時期となります。お子様が健康に過ごせるよう、以下の点について、ご家庭でもご協力をお願いいたします。

1 睡眠時間の確保

睡眠不足で体調不良を訴える子が多くいます。夜遅くまでスマートフォンやタブレットなどを利用することは避け、規則正しい生活を心がけ、睡眠時間を確保してください。

2 朝食の摂取

体調不良の児童の中には、朝食を取らずに来たという子もいます。脳は朝からエネルギーを必要とします。朝食を抜くとエネルギー不足となり、授業への集中力に影響を及ぼしたり、体育の授業や休み時間の外遊びなどでは、体を動かす場面でエネルギー不足により、熱中症のリスクも高まったりします。

3 毎朝の健康チェック

登校前にはお子様の体調を確認し、発熱や倦怠感、食欲不振などの健康チェックをしてください。何か気になる点がありましたら、ご連絡ください。

4 水筒の持参

水筒を忘れて来たという声をよく耳にします。学校ではこまめな水分補給を呼びかけています。毎日十分な量の水分を入れた水筒を持たせてください。

5 帽子の着用

登下校や外遊びの際は帽子を着用させ、頭部に直射日光が当たらないようにしてください。

6 涼しい服装の工夫

吸湿性・通気性のある衣服を選び、暑さに配慮した服装で登校させてください。また、普段から自分で体温調整ができるよう、お家でも声掛けをお願いします。

本校では、気温や湿度、熱中症指数を確認しながら、活動内容や休憩時間及び水分補給等を適切に調整しています。お子様が万が一の体調不良時には、速やかに保護者連絡を行い、対応させていただきます。なお、症状によっては、救急車を要請する場合があります。

今後ともお子様の安全と健康のため、ご理解ご協力いただきますようお願いいたします。