


校訓	友 勤 自 愛 勉 治	 令和8年度 東中だより 第5号	発行日	令和8年6月5日
教育目標	多様化の時代を生きる 心身ともにたくましい生徒の育成		発行者	伊丹市立東中学校 校長 前田 徳三

【熱中症を防ぐために大切なこと】

6月は初夏とはいえ、大変暑い日や大雨の日が多くなってきました。また、近年、日本の夏はかつてない厳しさを増し、平均気温は過去最高を更新し続けています。特に初夏は、暑さに体が慣れていないことから、熱中症のリスクが高まり、子どもたちやご高齢の方にとって大きな危険が潜んでいます。今の時期は「梅雨型熱中症」と呼ばれる、湿度の高い時期特有の熱中症が発生します。湿度が高いと汗が蒸発しにくく、体に熱がこもりやすくなります。また、のどの渇きを感じにくいため、気づかないうちに脱水が進んでしまうことがあります。室内であっても安心せず、エアコンやサーキュレーターを活用し、快適な環境を整えてください。また、気温やWBGTなどの「数値」に基づいて判断することが、ますます重要になっています。



子どもは体温調節機能が未熟であり、暑熱順化にも時間がかかるため、運動時だけでなく、通学中を含めて注意が必要です。水筒の持参、帽子やネッククーラーの着用、こまめな水分・塩分補給など、日常的な対策を習慣化してください。

熱中症は予防可能な災害です。事故が起きてから対応するのではなく、未然に防ぐことが大切です。そのためには、十分な睡眠、朝食の摂取、栄養バランスの取れた食事、適度な発汗習慣、こまめな水分補給、空調設備の有効活用など、自分の体を守る行動を身につけ、暑さに気づき、危険を判断し、適切な行動を選択する力を育てることが重要です。ただ、子どもたちは「頑張りたい」「迷惑をかけたくない」という思いから無理をしてしまうことがあります。熱中症を軽視することなく、折に触れてご家庭でも話題にさせていただきますようお願いいたします。

一方で、熱中症は自覚しにくく、周囲も気づきにくいという特徴があります。もし、熱中症が疑われる場合は「意識があるか」「自力で水が飲めるか」「水分補給で改善するか」などを確認し、いずれかに不安がある場合は、ためらうことなく受診や救急要請をしてください。その際は、単に休ませるだけでなく、「冷却」と「補水」を同時に行うことが重要です。

環境省によると、熱中症による死亡者数は5年平均で1,000人を超え、その約9割が65歳以上の高齢者です。また、約9割が屋内で発生しているとされています。しかし、熱中症は正しく知り、対策を講じることで防ぐことができます。

学校においては、子どもたちの命を預かる立場として、教職員一人ひとりが強い責任感を持ち、日々の教育活動に取り組んでいます。気象庁や環境省が発表する「熱中症警戒アラート」に注意し、活動内容や時間を柔軟に見直しています。また、十分な休息やこまめな水分補給の時間を確保するとともに、経口補水液や冷却用品を常備するなどの備えを行っています。

猛暑は「毎年繰り返される災害」であり、「命を守るために備える季節」です。熱中症を正しく理解し、一人ひとりが予防の意識を高めることが大切です。学校・家庭・地域が一体となり、子どもたちの安全を守っていきましょう。

【すこやかネットTM2（拡大学校運営協議会）主催 自転車教室】

令和8年4月の道路交通法改正により、自転車利用におけるルール遵守の重要性が一層高まっています。近年は、10代による交通違反に起因する事故も増えており、交通安全意識の向上が課題となっています。また、今後は部活動の地域展開の進展により、子どもたちが自転車を利用する機会の増加が見込まれ、事故リスクの高まりも懸念されます。こうした状況を踏まえ、すこやかネットTM2（拡大学校運営協議会）では、保護者や地域の皆様を対象とした自転車安全教室を開催いたします。

本教室では、交通ルールの基本を確認するとともに、交通社会の一員として責任ある行動の大切さについて理解を深めていただきます。また、家庭での話し合いを通して、子どもたちの規範意識の向上につなげていきたいと考えています。



子どもたちに正しい交通習慣を身につけさせるためには、大人自身が手本となることが不可欠です。地域全体で交通安全意識を高め、事故の未然防止と安全・安心な交通環境づくりに努めてまいりましょう。ご参加くださいますようご案内いたします。

1 日 時	令和8年（2026年）6月24日（水） 15:00～16:00
2 場 所	伊丹市立東中学校 多目的室
3 講 演	伊丹警察署交通課 「学校・家庭・地域で学ぶ自転車安全教室」
4 対 象	東中学校区小中高校の保護者 及び 地域住民 等
主 催	すこやかネットTM2（拡大学校運営協議会）、東中、緑丘小、瑞穂小各PTA
共 催	緑丘小学校地区自治協議会、瑞穂小学校地区自治協議会

【修学旅行を終えて】

3年生の修学旅行に引率として同行させていただきました。各場面において、子どもたちは大変落ち着いた立派な姿を見せてくれました。行く先々で「素晴らしい生徒さんたちですね」といった温かいお言葉をいただき、引率したのものとして大きな喜びを感じるとともに、日頃の教育の積み重ねの尊さを実感いたしました。

特に印象に残っているのは、長年バスの運転手として多くの修学旅行に携わってこられた方のお話です。その方は「これまで数多くの学校の生徒さんと接してきましたが、これほど団結力があり、生徒同士の関係がよく、さらに先生方との間にも良い意味での距離の近さを感じる学校はみたことがありません。大変うれしい気持ちになりました」と心のこもったお言葉をくださいました。この話を伺い、子どもたちが日々の学校生活の中で育んできたものの大きさを改めて感じ、胸が温くなる思いがいたしました。



私自身も校長として、子どもたち一人ひとりの姿がたいへん愛おしく、そして誇らしく感じました。互いを思いやり、協力しながら行動する姿には、今後のさらなる成長への確かな期待を抱くことができました。この修学旅行で得た経験や仲間との絆が、これからの学校生活において大きな力となっていくことを心より願っております。