

学校だより

羽曳野市立駒ヶ谷小学校



令和 7年 5月26日

「熱中症対策をお願いします」

学校長 塚本 善智

梅雨の候、保護者の皆様におかれましては、益々ご健勝のことと存じあげます。

平素より本校の教育活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

さて、近頃なかなか気候が安定しない日が続いております。朝夕は、涼しくて過ごしやすい日もありますが、少し肌寒く感じるような日もあります。逆に日中は真夏日を超えるような暑い日が続いたり、なかなか身体が気候に慣れずに体調を崩しやすい時期になっています。また、6月に入り長雨の時期になると、この暑さに加えて湿度過多によるジメジメがやってきます。体調を崩さないためにも暑熱順化ということが大切になってきます。暑熱順化とは、暑さに身体を慣れさせるということで、汗をしっかりと流すことがその第一歩になるようです。バランスのとれた食事や十分な睡眠はもちろんですが、①適度な(15～30分程度)の運動を心がける。②シャワーではなく、湯舟に15～30分程度つかるといことが暑熱順化に効果的なようです。

学校でも、授業の合間にお茶タイムをとって水分補給をこまめに行い、子どもたちの様子(真っ赤な顔をしていないか・ぐったりしていないかなど)を見ながら授業を進めています。子どもたちには、「自分の身は、自分で守る。」渴きを感じたら(感じる前に)お茶を飲むようにと伝えています。ご家庭からも多めのお茶や汗拭きタオルを持たせるなど、子どもたちが自分で身を守ることができるようご支援・ご協力いただきますようお願いいたします。

話は変わりますが、そんな気候の中、全校で万博へ社会体験学習を6月半ばに予定しています。暑さ対策はもちろんですが、その他安全に活動できるよう配慮してまいりますのでご家庭でも体調管理をお願いします。社会体験中、多くは回れないかもしれませんが、今しかできない体験をさせたいと考えておりますので温かいご理解とご協力を重ねてお願い申し上げます。

《駒ヶ谷小学校 学校教育目標》

自ら学ぶ子・よく考えて行動できる子・豊かな心を持ったたくましい子の育成
～よく食べ、よく遊び、よく学ぶ子～