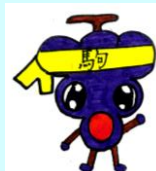


学校だより

羽曳野市立駒ヶ谷小学校



令和 8年 5月27日

「熱中症対策で自分の身は自分で守る」

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、近頃はなかなか気候が安定せず、朝夕の肌寒さと日中の真夏日のような暑さが共存しています。身体が変化についていけず、体調を崩しやすい時期です。これから迎える長雨と湿気への対策として、今の内から「暑熱順化（しょねつじゅんか）」を意識することが大切になってきます。暑熱順化とは、身体を暑さに慣れさせることです。以下の習慣が効果的といわれています。

- ・適度な運動 1日 15～30 分程度、じわりと汗をかく運動を心がける。
- ・入浴 シャワーだけで済ませず、湯船に 15～30 分程度つかって汗を流す。

【学校での取組みとお願い】

学校では、授業の合間に「お茶タイム」を設け、こまめな水分補給を促しています。子どもたちには「自分の身は、自分で守る。」という意識を持たせ、喉が渇く前に行動できるよう指導しております。

ご家庭におかれましても、以下の準備についてご協力をお願いいたします。

1. 多めのお茶の持参（水筒のサイズアップなど）
2. 汗拭きタオルの持参
3. 規則正しい生活（バランスの良い食事と十分な睡眠）



【踏切での安全確保】

数年前、近隣の踏切で自動車の脱輪事故が発生しました。ちょうど登校時間帯でしたが、居合わせた保護者の方の機転で「非常停止ボタン」が押され事なきを得ました。つきましては、以下の点について、ご家庭でも話していただきますようお願いいたします。

<そんな場面に出くわしたときの対応>

- ・近くの大人を頼る 自分だけで解決しようとせず、近くの大人に助けを求める
- ・安全な距離を置く 安全な距離をとり、高学年や大人に状況を伝える
- ・非常停止ボタン 緊急時には迷わずボタンを押す



※電車には多くの方が乗っているので、いたずらで押すことのないようお話ください。

《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～