

熱中症対策は、生活リズムと朝食から

校長 三瓶 昌信

新年度が始まり3週間、あっという間に4月が終わろうとしています。1年生も学校生活に慣れ、行動範囲も広がってきました。2年生以上の子供たちも、新しい学年・学級で友人関係も広がりを見せ、新たなスタートを切っています。

登校の様子も、年度の始まりらしさを感じます。8時15分までには、ほとんどの子が登校しています。このまま続くといいのですが…。でも、様々なことが起こって当たり前です。体調がすぐれない日もあれば、なんとなく登校を渋ることもあります。どのご家庭も日頃より、子供たちの生活リズムを大切にしてください。ただいておりますが、時にはリズムが乱れることもあります。「朝の忙しいときに…」という気持ちにもなりますが、できる限り子供に寄り添った対応をお願いします。また、朝食は必ず食べさせてください。1日のエネルギーの源です。さらに、これからの季節は熱中症が気になります。朝食に含まれる水分、塩分が熱中症予防にも効果があります。

熱中症対策に関しては、先日「熱中症連絡協議会」（医師会、市教委、校長会、養護教諭部会）に出席し、対応について協議してまいりました。基本的には、これまで取り組んできた対策を継続していくことを確認しました。あわせて、次のような点が話題になりました。

- ・ 正しい情報を得ること（熱中症に限らず、あらゆることに共通します。見極める力）
- ・ 体質的に暑さに弱い子がいること。プロスポーツ選手さえ、そういう人がいるということを認識してほしい。（医師会より）家庭と学校でぜひ共有していきましょう。
- ・ スポーツドリンク類についても、種類と効果をしっかり認識してほしい。
 - △アイソトニック飲料…糖が高め、エネルギー補給に効果がある。
 - ハイポトニック飲料、経口補水液
- ・ 緑茶は熱中症予防対策にならない。（利尿効果）
- ・ 最も心配なのは、「飲んだ」と言いながら、ほとんど飲んでいない子供。

これらの内容も含めて、教職員全員で共有し、熱中症の予防に努めていきます。小さな水筒も気になります。大きさや中身について、ご家庭でもう一度ご確認ください。気になることがありましたら、遠慮なくご連絡してください。

「朝の子どもの居場所づくり」事業 6月1日（月）開始予定

4月の保護者会でお伝えした通り、上記の事業が始まります。本事業は「保護者の就労等の理由により、やむを得ず子供が登校時間前に学校へ到着する家庭」に対する支援です。詳細は別途ご案内します。委託先はシルバー人材センターです。昇降口が開く8時までの間、見守り員の指示に従い、指定された場所で静かに待つこととなります。対象家庭以外の子供たちは、これまで通りとなります。