

熱中症・雨天時の対策について

令和7年5月13日
津山市立南小学校

登下校の暑さ対策

- 必ず通学帽をかぶります。
- 首筋を暑さから守るため、タオル等をかけてもかまいません。

水分補給について

- お茶を多めに持たせてください（暑い日には、足りなくなっている場面を見かけます）。
- ◎熱中症対策として、スポーツドリンクも持ってきてよいことにします。
※市販のスポーツドリンクは、摂取しすぎると糖分の取り過ぎとなるおそれがあります。
各家庭で相談し、（薄めるなど）工夫して準備をしてください。
- 炭酸飲料やジュースは不可。
- ペットボトルで持ってくる場合は、必ず名前を書いたペットボトル入れ に入れます。
買ったものをそのまま持ってきてません。
- すぐに飲めるように、ペットボトルを完全には凍らせません。

以上の約束が守れるよう、各家庭でしっかり声かけ、確認をお願いします。

雨天時の備えとして

- 必要に応じて靴下の替えやタオルを持たせてください。
- 降雨が激しい際は、長靴を履くことを推奨します。
- 学校の置き傘を使用した場合、次の日には持たせてください（必ず学校に置き傘があるように）。また、複数の傘が下駄箱の傘立てに残っていることもあります。忘れずに持ち帰るようにしましょう。

その他

- 熱中症対策として、学校には「塩分補給タブレット」「経口補水液」を常備しています。
必要に応じて支給するようにしています。