

令和8年5月19日

保護者のみなさま

松原市立高見の里小学校  
校長 山 森 篤

## 熱中症対策についてお知らせとお願い

平素は本校教育へのご理解・ご支援を賜りまして、まことにありがとうございます。

5月半ばとはいえ、気温の高い日が増え、熱中症への対策が必要となる時期を迎えます。子どもたちが安全に学校生活を送ることができるよう、各ご家庭におかれましても、以下の点についてご協力をお願いいたします。

### 1. 水筒を毎日持たせてください

こまめな水分補給は、熱中症予防に大変重要です。学校にはウォータークーラーもありますが、水筒を忘れず持たせてください。中身はお茶や水を基本としますが、気温が高い日や運動量が多い日など、必要に応じてスポーツドリンクを持たせていただいても構いません。ただし、スポーツドリンクには糖や塩分が多く含まれていることもふまえて、状況に応じてご判断ください。



### 2. 通学帽を着用させてください

登下校時の日差しを避けるため、通学帽の着用をお願いします。帽子をかぶることで、暑さによる体への負担を軽減することができます。また日傘をさしてくる場合もあるかと思いますが、周囲の安全に気をつけながら使用するよう、ご家庭でもお声かけをお願いいたします。

### 3. 通学かばんはリュックサックでも構いません

ランドセルは機能性や転倒時の安全性にも優れている一方、背中と密着しますので、暑い時期にはリュックサック等を使用していただいても結構です。安全面に配慮し、両肩で背負えるものをご準備ください。

### 4. 規則正しい生活を送れるようにお願いします

学校では寝不足や欠食により体調不良を訴える児童がいます。また寝不足などは熱中症のリスクを高める原因の一つともいわれます。健やかな学校生活のためにも、規則正しい生活を送れるようによろしくお願いします。

学校におきましては、今後もエアコンの活用、こまめな水分補給や活動内容の調整などを行いながら、熱中症予防に努めてまいります。

ご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

