

ほけんだより6月

吉舎小学校
令和2年度
第3号

保護者のみなさまへ

○新型コロナウイルス感染症の対策について(6/1~)

これから暑くなり、感染症対策を行っていきながら、熱中症予防も行っていかなくてはなりません。4月の保健だよりや学校だよりに記載されている対策に加え、吉舎小学校では以下の取り組みを行っていきます。ご協力よろしくお願いします。

★登下校について

6月から、登下校のみクールタオル(水で濡らすと冷えるタオル)を首に巻いてもOKです。様々なタイプがありますが、保管がしやすいため保冷剤等を入れるものではなく、水で濡らしたり、そのまま使えたりするタイプの使用をお願いします。



★水分補給について

衛生面や量の調整のしやすさから、水筒に水かお茶(スポーツドリンクは×)を入れて、持たせてください。熱中症予防には、体温を下げたり、脱水を防いだりする効果がある麦茶が効果的です。麦茶に、塩をひとつまみ入れると効果が高まります。

すべての持ち物に、
必ず前記入をお願いします。

★マスクについて

原則、マスクは、教室で行う活動の時は着用します。熱中症予防の観点から、登下校の時や体育、外遊びの時は、外しても良いこととしました。その他の場面でも、感染リスクや体調、気候を考慮した上で判断していきます。

ニュースでも「経験したことのない夏が来る。」と言われています。新型コロナウイルス感染症と熱中症の症状は、似ています。少しでも、おかしいと思ったら無理せず、休むようにしてください。



○環境省・厚生労働省 参考資料



環境省
厚生労働省
令和2年5月

令和2年度の 熱中症予防行動

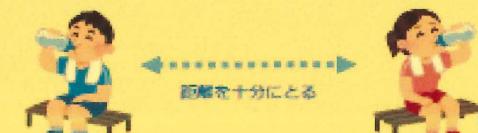
「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの出現に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密(密集、密接、密閉)」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

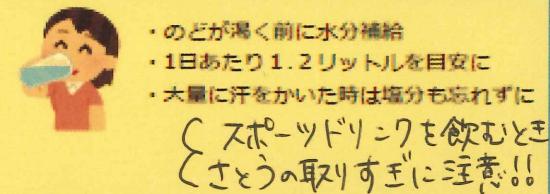
- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整
- ・暑い日や時間帯は無理をしない
- ・涼しい服装にする
- ・急に暑くなった日等は特に注意する

2 適宜マスクをはずしましょう

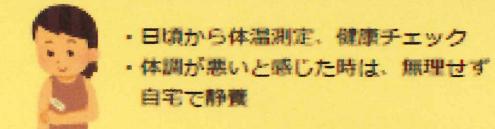


- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意
- ・屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合には、マスクをはずす
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を

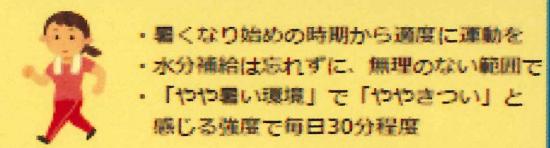
3 こまめに水分補給しましょう



4 日頃から健康管理をしましょう



5 暑さに備えた体作りをしましょう



高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。3密(密集、密接、密閉)を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。



新型コロナウイルス感染症に関する情報:

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

熱中症に関する詳しい情報: <https://www.wbgt.env.go.jp/>

