

平成25年6月28日

保護者様

日光市立大室小学校長

熱中症予防について

初夏の候、保護者の皆様にはますます御健勝のこととお喜び申し上げます。また、日ごろより本校の教育活動にご理解と御協力をいただき感謝申し上げます。

さて、先週から気温が上がり熱中症のニュースが流れることが多くなりました。本校でも校内の湿度が70%を超える日もあり、熱中症には注意が必要です。

そこで、子どもたちの安全な活動のために昨年度同様、水分補給のために水筒持参の対策をとりたいと考えています。

つきましては、お忙しい折ですが、可能な範囲で下記のことについて御協力くださいますようお願いいたします。

記

1 期間 平成25年7月1日（月）～9月下旬頃（終了連絡があるまで）

2 飲み物の種類

○水、麦茶、スポーツドリンク

（水筒やペットボトルに入れて持たせてください。）

※カフェインには利尿作用があり、その成分を含む緑茶等の飲み物は水分補給には適しませんので御注意ください。また、スポーツドリンクは糖分が含まれますので、飲み過ぎには注意が必要です。

3 注意事項

○冷たい飲み物を飲み過ぎると胃腸の負担になりますので、飲み物は常温で大丈夫です。

○水筒、ペットボトル（名前を記入）は毎日持ち帰りますので、翌朝新しい飲み物を入れて持たせてください。

○登下校中に歩きながら飲むことがないように、御家庭でも声かけをお願いいたします。

4 その他

○早寝早起きを心がけ、規則正しい生活を願います。

○汗拭き用のタオルも持たせてください。

○あまり体を締め付けない等、涼しい服装をさせてください。