

令和7年4月30日

保護者 様

さいたま市立仲町小学校
校 長 長谷場 明博

熱中症対策について（お知らせ）

日頃より、本校の教育活動に御理解・御協力をいただき、感謝申し上げます。

さて、熱中症対策といたしまして、児童の安全に配慮し以下の内容について指導いたしますので、御理解・御協力のほどお願い申し上げます。

1 水筒の持参について

学校の水道水は、毎日水質検査を実施するなど、安全性の確保に努めておりますが、**必要な場合は、通年**水筒を持参してもよいものとしています。

また、これまで、水筒の中身は水またはお茶で冷やしたものまたは常温のものとしていましたが、運動会（10月中旬頃を予定）までは、御家庭の判断に基づきスポーツドリンク等塩分が補給できるものを持たせていただいても構いません。

- ・必ず**水筒に記名**し、毎日持ち帰る。
- ・ペットボトルのみの持参は禁止とする。
- ・学校では飲む時間を決める。下校途中は、**必要に応じて、安全やマナーを守って飲む。**

【スポーツドリンク等を持参するにあたって】

- ・水筒と中身の相性（ボトル内がさびて、中毒症状を起こすこともあり、水筒の選び方や洗い方等）に注意が必要な場合があります。
- ・日常的にスポーツドリンクを摂取することで、肥満の原因やむし歯の原因になることがあります。持参するのは、たくさん汗をかく日のみにして、他はお茶や水にする、その分おやつ（糖分）を調整する、食後の歯みがきを丁寧にするなど工夫が必要です。
- ・運動量が多いと予想される日は、朝食や給食をしっかり（おかずも含めて）食べるなど、持参する飲み物だけに頼らず、普段の食生活の中にも御配慮をお願いします。

2 マスクの着用について

マスクの着用については、本人の判断によるものとしていますが、**体育の時間については外すよう指導**しています。マスクを着用したまま参加する場合は、児童の安全を考慮して、マスクを外している児童とは**別の運動に取り組む**ようにしますので、御承知おきください。