

## あいさつ運動が始まりました。

ホームページでも紹介していますが、26日月曜日から代表委員会の児童によるあいさつ運動が始まっています。標語を書いたタスキをつけ、代表委員の児童が「おはようございます」と元気にあいさつをしています。代表委員の児童のあいさつに対して、大きな声であいさつをする子、少し恥ずかしがりながらあいさつをする子、ニコッと笑顔であいさつをする子、心の中であいさつをする子、さまざまなあいさつで返しています。あいさつは人と人がつながっていくための第一歩で、とても大切な行動です。あいさつであふれる学校はステキですね。代表委員のみなさん、ありがとう。



## 子どもたちのステキな姿

先週のことでした。天気が晴れの日が続いていて、たくさんの子どもたちが「いきいきタイム（20分業間休み）」に運動場で遊んでいます。「3分前になりました。教室に戻って・・・」という放送が流れてきたときに、1年生の子が転んで泣いてしまったみたいです。そこで、何名かの5年生がやさしく泣いている1年生に声をかけ、歩調を合わせてゆっくりと校舎へ戻ろうとしていた姿がありました。転んでしまった1年生は安心して保健室へ行くことができたのではないのでしょうか。心がほっとするひとときであり、うれしくなりました。ありがとう。きっと、気づかないだけで、このようなステキな姿はたくさんあるのでしょうか。そんな姿をたくさん見つけていきたいです。



いきいきタイムの様子です

# 学校における熱中症対策について（お知らせ）

今年度は、すでに暑い日がありました。感染症予防対策とともに、熱中症対策が大切な季節になってきます。連休明けの6日からは、運動会に向けての練習も始まることもあり、積極的に声掛けを行うなどして水分補給を指導していきます。今後は、教室では、熱中症対策として、気温が高く過ごしにくい日は授業中にエアコンを使用していきます。

## 1 水分補給について

学校での水分補給は、水やお茶等を基本としますが、その日の天候及び体調や学校での活動内容にあわせて、保護者の方が必要と判断された場合、熱中症対策としてスポーツドリンク等を持たせていただくことも可能です。本校では、**連休明けの5月6日（木）から9月末までの間、スポーツドリンクや経口補水液の持参を認める**ことにします。なお、スポーツドリンク等を持参する場合は、次のことに注意してください。

- ① 経口補水液やスポーツドリンクを入れてもサビない水筒に入れて持ってくる。
- ② 児童が、登下校中に自動販売機やコンビニで買わない。
- ③ スポーツドリンクには、糖分の多いものもあるので、過剰摂取にならないように注意する。そのために、**お茶とスポーツドリンクの2種類を持ってくる**ことが望ましい。

## 2 その他の熱中症対策について

- ・十分な睡眠をとり、朝ごはんを必ずとるなど、規則正しい生活を心がけてください。
- ・薄着を心がけ、屋外では帽子をかぶるようにご指導ください。
- ・不調を感じる事があれば、無理をすることなく、すぐに教職員に伝えるようお話しください。

### <参考>

#### ○経口補水液とは

水と塩分と糖分をバランスよく含み、水と電解質（特にナトリウム）を速やかに体へ吸収するのに、優れた成分になっているため、より効果的に脱水症状を防ぐことができます。

#### <経口補水液の作り方>

1. 砂糖20～40gと食塩3gを湯冷まし1ℓによく溶かす。
  2. かき混ぜて飲みやすい温度にする。
  3. 果汁（レモンやグレープフルーツなど）を絞ると飲みやすくなります。
- \*分量を間違えず、できるだけ正確に計って作りましょう。  
\*作った経口補水液は、その日のうちに飲みきるようにしましょう。

\*四日市市熱中症対策委員会資料参照