

平成30年5月7日

保護者の皆様へ

たつの市立揖西東小学校  
校長 伊藤 忠司

### 熱中症の予防について（お願い）

新緑の候、保護者の皆様には益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。また、日頃は、本校の教育活動推進に格別のご理解とご協力をいただきありがとうございます。

さて、運動会の練習が本格的に始まる5月は、体が厚さに慣れていないために熱中症を起こしやすいと時期といわれています。

つきましては、その予防について下記のように指導いたしますのでよろしくお願いいたします。

### 記

- 水筒を持参し、こまめに水分補給する。
- 屋外に出るときは帽子を着用する。
- しっかり体調管理「早寝・早起き・朝ごはん」
- 汗をかいたときはタオルでふく。
- 頭痛や吐き気がするなど、具合の悪いときはすぐに大人の人に連絡する。
- 暑さをためにくい服装をこころがける。

### 児童の服装について

4月下旬より登下校時の気温もかなり上昇しています。  
したがって、衣替え移行期間を 8日(火) からとします。