



生活指導通信

文責
生活指導担当

熱中症対策について

揖保川中学校のみなさんお元気ですか？僕は元気です。新年度がスタートし、1ヶ月が経ちました。みなさんは、新しい学年やクラスに慣れてきたでしょうか。春も終わりを告げ、だんだんと夏が近づいてきましたね。気温が上がり、暑くなってくると熱中症が心配されます。そのため、学校に持ってきて良い飲み物を、『お茶、水、スポーツ飲料水』とします。また、塩分タブレットに関しては、お菓子との区別が難しいため禁止としています。以下の注意を守ってください。

- ◆ ジュースなどの清涼飲料水は禁止
- ◆ ペットボトルだけで持参せずに、カバーなどをつける（衛生面・ゴミを出さない）
- ◆ 人にあげない・もらわない
- ◆ 塩分タブレットは禁止（お菓子との区別が難しいため）



土日の部活動時の熱中症対策については、顧問の先生の指示に従ってください。

夏の学校生活での注意事項

【日焼け止め】

日焼け止めの使用可。学校へ持ってくることも可。
ただし、日焼け止めを塗るのは休み時間に行い、授業中に使用することがないようにしましょう。
また、使用後のゴミは学校では捨てないで、家に持ち帰ってから捨てるようにしましょう。



【汗拭きシート】

汗拭きシート(無香料)の使用可。学校へ持ってくることも可。
独特な香りが苦手な人もいるため、必ず『無香料』のものを使用してください。
また、エチケットとして人目につかないような場所で使用するよう心がけましょう。
ただし、制汗スプレー・液体タイプの物(シーブリーズ等)・香水は禁止ですので注意してください。



【体操服登校について】

揖保川中学校には衣替えがありません。自分の体調や気温に合わせて冬服か夏服かの判断をしてください。
また、6月より体操服で登下校をしてもかまいません。ただし、教室では制服で過ごすようにしてください。学校に着いたら必ず更衣室で制服に着替えるようにしましょう。体操服登校をしてもいい期間は6月から体育祭終了までです。

