

令和7年8月26日

保護者のみなさまへ

名張市立名張中学校
校長 福島良和

熱中症対策についてのお願い

向秋の候、日頃は本校の学校教育並びに学校運営につきまして、ご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、8月29日（金）から2学期が始まりますが、近年、夏季の気温上昇により、災害級の暑さが続いております。特に、夏休み明けは、生活リズムが整っていない中の登校になるため、生徒の体調管理においては十分に注意を払う必要があります。

熱中症は「命に関わる重大な問題」であるため、運動中に水分補給の時間を設けたり、下記の内容について指導したりするなど対応を行ってまいりますが、今一度、保護者のみなさまには、下記の内容についてお子様とお話をしていただき、ご理解とご協力をお願いいたします。

記

○水分補給のための水やお茶に加えて、できるだけ水分と塩分を効果的に摂取できるスポーツドリンクの持参を可とします。

○運動をする時は、マスクを外してください。

○屋外では、できるだけ帽子（華美なものは避ける）を着用する。

○体操服の上着を着たまま運動している生徒が多いため、上着を脱ぎ半袖体操服を着用する。

○朝食摂取や十分な睡眠や休息・休養の確保等、規則正しい生活に心掛ける。

○運動や部活動時に体調が悪い時は、無理をせずに休憩や見学をする。

○9月26日（金）までは、体操服での登校を可とします。