



学校のめあて

心豊かで
たくましく
いつも進んで学ぶ子

TEL 25-4450 [http:// www.isesaki-school.ed.jp/kitasyo/](http://www.isesaki-school.ed.jp/kitasyo/)

熱中症に気をつけましょう

5月も中旬に入り、今年も熱中症に気をつける時期となりました。そこで、今回の学校通信では、熱中症予防について触れたいと思います。

まず、どうして熱中症が起こるのかということについてです。私たちは体の熱を皮膚から外に逃がしたり、汗をかいたりして体の中に熱がたまらないようにする働き（体温調節機能）がありますが、気温や湿度が高い場所に長くいることで、この体温調節機能がうまく働かなくなります。そして、結果として体の中の熱を外に逃がすことができなくなることで体の調子が悪くなります。このように人間が本来持っている体温調節機能がうまく働かなくなることで起こるのが熱中症と言えます。

次に熱中症予防の対策として、学校では今年度も屋外やプールでの学習において、活動開始前にWBGT計による暑さ指数の計測を行い、日本スポーツ協会の基準を目安に活動の判断をしていきます。特にWBGT31以上の場合は、運動は原則中止にします。WBGT28以上のときは、活動中に教職員から子供たちに体調に関する声がけを積極的に行い、給水・休憩の時間を適切に確保します。また、各子供の「喉のかわき」に応じて自由に飲水ができるようにもしていきます。あわせて、屋外や運動時等で熱中症のリスクが高い状況下においては、マスクを着けている子供には、外すように指導をしますのでご承知おきください。



これからの暑さへの対応として、ご家庭でも以下の点について意識してもらえると助かります。まず、暑い時期に限らず、汗と一緒に体に必要な塩分が体の外に出てしまうので、しっかり食事をして塩分を摂るようにしてください。また、体に熱をためないように、「風を通す」「あせをすう」「早くかわく」といった服装を選んだり、外出するときは帽子をかぶったりするなど、出かけるときの服装にも気をつけてください。

さらに、家にも熱中症になることはあります。エアコンや扇風機をうまく使って、部屋の温度や湿度を下げたり、風の流れを作ったりして、涼しい室内環境を保つようにしてください。このように、学校と家庭で熱中症予防の対策を行いながら、発達段階に応じて子供自身が気をつけて熱中症予防の行動がとれるようになるとよいと思います。

JRC登録式がありました

5月1日(金)の13時25分から体育館でJRC登録式がありました。JRCは、青少年赤十字と呼ばれるもので、学校という場を通じて赤十字の理念を実践するための活動を行っています。

このJRCには、「健康・安全」(命と健康を大切にする)、「奉仕」(人間として社会のため、人のためにつくす責任を自覚し、実行する)、「国際理解・親善」

(広く世界の青少年を知り、仲良く助け合う精神を養う)という3つの実践目標があります。これらの目標を達成するために、JRCでは、いろいろな場面にある問題に気づき、その問題をどうしたらよいか自分から考え、考えたことを友達と協力して実行するということを大切にしています。



交通安全教室(1年・4年)が予定されています

5月26日の2校時に1年生、3・4校時に4年生の交通安全教室が予定されています。例年1年生は、歩道を歩くときの注意事項を警察の方からお聞きし、正しい歩行と道路の横断の仕方を教わり、その後、学校周辺の道路を実際に歩いて実践してみる予定です。道路のポイントとなる場所には、交通指導員さんや保護者の方が立ってくれて、子供に丁寧に指導を行っていただきます。(写真は昨年度のもの)



3・4校時の4年生の交通安全教室では、まず、警察の方から自転車の点検の仕方について説明を受けます。その後、校庭につくった模擬道路を利用して、正しい自転車の乗り方を学びます。一人ずつ、模擬道路のコース



を自転車で走りながら、設置された道路標識に従って自転車を運転します。4年生は、この交通安全教室の後、自転車に乗ることができますが、しっかり自転車の乗り方の練習を積んで欲しいと思います。また、群馬県では、現在、自転車利用者の自転車保険加入が義務となったほか、ヘルメットの着用も努力義務となっています。このことを踏まえた上で、自転車に乗るようにご家庭でも指導をお願いします。