

# 北中 L<sup>ラ</sup> I<sup>ィ</sup> F<sup>フ</sup> E

境北中学校生徒指導部

令和8年5月1日(金)

## 《水筒の利用について》

気温が上がり、暑い日が多くなり、4月・5月にして夏日を記録する日も出てきました。水分補給のために必ず水筒を持参して下さい。熱中症予防が必要であるということや、共有の水道の利用を減らす感染症対策のための措置です。

以下の約束を守り、健康な生活を送れるようにしましょう。

### 【 約 束 】

- ◎中身は、「水」・「お茶」・「スポーツドリンク」とする。
- ◎時と場所を考えて水分補給をする。  
(休み時間等に飲む場合は、教室の中で飲む。給食のときには飲まない。など)
- ◎他の人のものは飲まない。
- ◎登下校時など、歩きながらや自転車に乗りながら飲まない。
- ◎毎日必ず持ち帰る。
- ◎補充用のペットボトルやスポーツドリンクの粉等を持ってきてもよい。  
ただし、ペットボトルの直飲みは禁止とし、補充用のものはカバンの中に入れておき、管理をしっかり行う。また、ゴミの持ち帰りを徹底する。

### ご家庭で再確認していただきたいこと

- スポーツドリンクを持たせる場合は、糖分の摂り過ぎに注意してください。
- 水筒の衛生管理に配慮してください。

※感染症対策のために、手洗いを徹底しますので、ハンカチやタオルを必ず持たせてください。また、必要に応じて着替えも合わせて持たせてください。