

平成 28 年 9 月 5 日

保護者各位

岡山県立西大寺高等学校
校長 三 善 真

平成 28 年度秋桜祭に係る生徒の健康管理について（お願い）

平素から本校の教育活動に御支援、御協力を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、今年も秋桜祭が近づいてまいりました。生徒は本番を前に日々協力しあい、準備を進めているところです。

しかしながら、残暑が続いており、今年も熱中症が懸念されます。本校では秋桜祭に向けて、次のとおり対策を講じ万全を期したいと存じますが、御家庭におかれましても御協力を賜りますようお願いいたします。

記

1 本校における対策

- (1) 活動開始前には健康観察を実施し、無理をしないように指導する。
- (2) 競技内容の精選、進行方法の工夫などにより速やかな進行に努める。
- (3) 応援席、選手集合場所にもテントを設営し、直射日光を避ける備えをする。
- (4) 体育祭当日は随時放送で水分補給、帽子着用等と呼びかけるとともに、必要に応じて水分の補給タイムを設ける。
- (5) ミスト装置を設置し、競技後など上昇した体温を下げられる備えをする。
- (6) 熱中症患者が発生した時に備えて、救護所としてグラウンド救護用テントを用意する。なお、緊急時に備えてグラウンド救護テントに AED を配置する。
- (7) 文化の部においてはステージ鑑賞時に館内温度が上がりすぎないようにスポットクーラーを配置する。
- (8) 文化の部においても適宜水分補給の指示を出すなどの配慮をする。

2 御家庭で留意願いたいこと

- (1) 規則正しい生活を送り十分な睡眠、休養、食事をとらせるようにしてください。
- (2) 体育祭予行、体育祭当日は十分な飲料を準備してください。ペットボトルやパウチパックなどを凍らせて持たせてください。

（熱中症の予防には 0.1 ～ 0.2 % 程度の塩分を含む水分（水 1 L に小さじ 1/2 程度の食塩）が有効とされています。当日は、同窓会の皆様の御協力により売店でスポーツドリンク等の販売も予定しております。ただし数には限りがあります。）

- (3) 学校の氷等は主に救護活動用に使用するため、体調不良者が多く出た場合には不足する可能性もあります。各自で体を冷却するための保冷剤、発熱時に使うような冷却シートなどを用意しておくとうよいと思います。

（保冷バッグに入れておくと、冷却効果が長持ちします。）

最近では濡らして絞るだけで冷却効果の出るようなタオルなども市販されています。

- (4) 気温が高く食中毒の心配もあります。御家庭で用意されるお弁当なども腐りにくいものを保冷バッグに入れていただくなど御注意ください。
- (5) 体調不良の場合は無理をして登校しないようにし、欠席の場合や体調に何か不安のある場合は早めに担任等に連絡してください。