

なつ やす ごう 夏休み号

2024年
(令和6年)
7月29日
藤江小学校

もう少しでみなさんが楽しみにしている夏休みが始まります。長いお休みを活かして、いつもはできないことに挑戦してみたり、じっくりやってみたいことに取り組んでみたりできると思います。学校がお休みでも元気に過ごすことができるように「早寝、早起き、朝ごはん」に気をつけて、暑さに負けず過ごしていきましょう。

川や海で遊ぶときは気をつけよう！

夏休みに、川や海へ遊びに行く予定がある人も多いと思います。安全に楽しく遊ぶために、次のことに気をつけましょう。



禁止されている
ところで泳がない



流れが速い場所
で遊ばない



必ず大人と一緒に



あ 朝日を浴びて、朝ごはん
エネルギーチャージ！

い いい笑顔で「おはよう」！
自分も相手も気持ちいいね

う 運動しているときも、
のんびりしているときも、
こまめに水を飲もう

え 栄養まんてん
晩ごはんの後は、
しっかり歯みがき♪

お 「おやすみなさい」で
布団へダイブ！
今日もいい1日だったね

～保護者の方へ～

熱中症危険レベルに合わせて活動しましょう！

暑さ指数（WBGT）とは、熱中症の危険度を示す数値のことを言います。WBGTは、気温、湿度、輻射熱（日差しや建物、地面などから受ける熱）などで決まります。

学校では、休憩時間の前や屋外で授業を行う場合、体育館を使用する場合などWBGTを測っており、熱中症予防のために放送で注意の呼びかけや活動内容の変更・調整等を行っています。

また、保健室前の掲示では熱中症コーナーを作成し暑さ指数を毎日掲示して子どもたちの熱中症対策への意識を高めています。

暑さ指数 WBGT) 21 未満	暑さ指数 (WBGT) 21～25	暑さ指数 (WBGT) 25～28	暑さ指数 (WBGT) 28～31	暑さ指数 (WBGT) 31 以上
ほぼ安全	注意	警戒	嚴重警戒	危険
水分補給は大切	積極的に 水分補給をする	休憩をとり、 積極的に 水分補給をする	激しい運動の 中止	運動は原則中止

○熱中症警戒アラートの活用

「熱中症警戒アラート」とは、暑さ指数が33以上と予想され熱中症の危険性が極めて高くなると予想された際に、危険な暑さへの注意を呼びかけ、熱中症予防行動をとるよう促すために、環境省が公表している情報です。今年からは暑さ指数が35を超えると予想される場合、「熱中症特別警戒アラート」というものも設置されました。



WBGT や熱中症警戒アラートは環境省の熱中症予防情報サイトやニュースなどで発表されています。家庭での毎日の熱中症対策にぜひ活用してみてください。