

# “夏” 本番に向けて ～感染と熱中症、両方の注意を～

2021.5.14  
津田中学校  
生徒指導部

入学式・始業式で新たな学年がスタートしてから1か月が経過しました。入学・進級を経験した中で、新たな発見も多かったのではないのでしょうか。クラスにも少しずつ馴染みはじめ、休み時間も楽しそうに過ごしている姿が多く見られるようになりました。委員会活動やクラス活動も含めて、色々なことが本格的に動き始めています。今日で中間テストが終わりました。テスト後は部活動が本格的に再開される予定でしたが、現在大阪府には緊急事態宣言が発令されており、クラブ活動の再開時期がまだわからない状態です。中間テストは終わりましたが、部員全員が揃って活動できるようになるにはもう少し時間が必要なようですね。楽しみにしている生徒もいるかも知れませんが命を守るために必要なことです。一人ひとりの協力で感染拡大を抑えて、色々な活動が再開できることを祈っています。生徒指導部としては、これまで通り生徒のみんなが前向きに学校生活を送れるようにサポートしていきたいと思えます。

また、テストが終わると季節は梅雨に入り、雨が多くなると同時に、徐々に気温が上昇してきます。つまり、これからは感染症対策だけでなく、熱中症対策も同時に行っていく必要があります。マスクを着けた生活を続けながら、熱中症も心配される季節となります。

**熱中症対策**としては、

- 1、水分と適度な塩分を補給すること
- 2、バランスの良い食事を毎食しっかり食べること
- 3、睡眠を十分にとって、毎日身体を回復させること
- 4、暑さへの耐性をつけること

などが大切です。

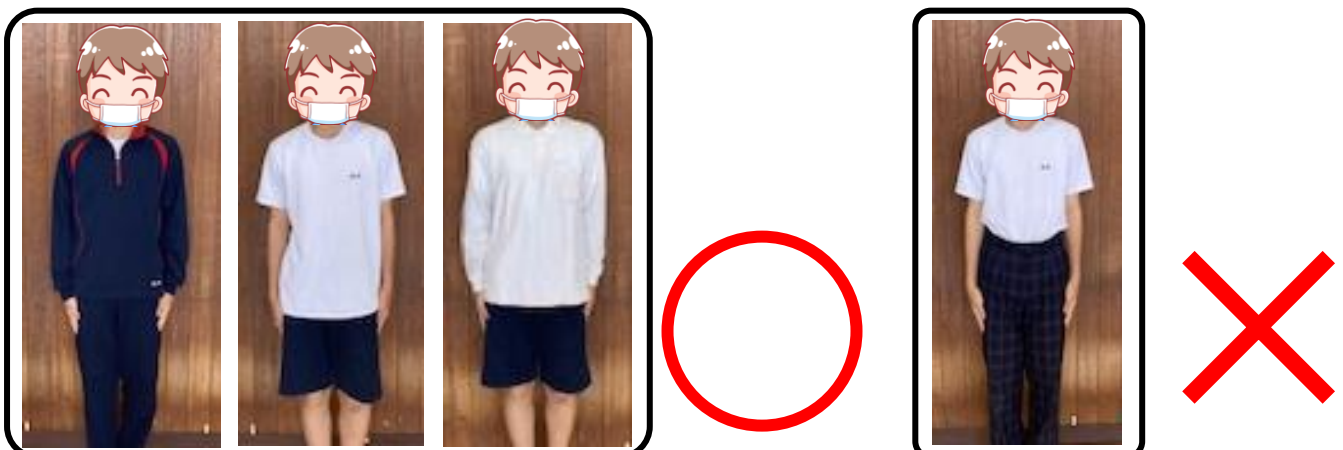
水分補給(塩分を含む)を十分に行うと共に、規則正しい生活を心掛け、熱中症にならないように心がけましょう。

## 登下校、周りと自分を大切に

最近、登下校中にマスクを着けていない生徒が見られます。現在、大阪府では緊急事態宣言が延長され感染が拡大している状況です。自分の体調と相談しながらですが、自分と自分の周りの人を大切にするためにも、**登下校時も必ずマスクを着用して下さい。**

しかし、上にも書いた通り熱中症が心配な時期です。そこで今年度も昨年同様、暑さ対策として、**体操服登校を許可**します。

中間テスト後の5月17日(月)から、9月30日(水)までの間、登下校と授業を体操服のまま過ごすことを許可します。(具体的には、下の様な服装になります。)もちろん、気温や体調に合わせて制服を着用しても構いません。服装で暑さの対策をしながら、感染拡大防止に努めましょう。



○ 【上下体操服(半そで半パン)】 【上:制服 下:短パン】

× 【上:体操服 (半そで) 下:制服】