

くすのき

～ ご協力ありがとうございました ～

今年度2回目の授業参観が終わりました。お子様の学習の様子はいかがでしたか。進級したての緊張感も徐々に消え、運動会も終わり、落ち着いて学習に向かう子どもたちの様子をご覧いただけたと思います。また引き渡し訓練にもご協力いただき、ありがとうございました。

近年、これからの季節、局地的に短時間に大雨が降ることが増えてきました。訓練ではなく、実際に児童の引き渡しを行うことがすぐにあるやもしれません。今回、引き渡し訓練を実施したことが生かされるようにしたいと思います。よろしくお願いします。

～ 熱中症対策にご協力ください ～

保護者の皆様には、熱中症対策について、プリントやミマモルメで繰り返しお願いをしていますが、今後、梅雨入りを迎え、気温と湿度の上昇とともに、熱中症への警戒・予防行動の必要性も高まります。学校では、体感として熱中症の危険性を感じる時はもちろん、暑さ指数(WBGT)を常に測定し、体育科などの活動制限の目安にしています(下記参照)。

熱中症は、気温や湿度だけでなく、睡眠や食事、適度な運動など、その日の体調も関係しています。熱中症予防は、規則正しい生活からも予防できます。「早寝早起きをする」「朝ごはんをしっかり食べる」「適度な運動をする」をご家庭でも心がけていただくとともに健康管理をよろしくお願いします。

～ 水泳の学習が始まります ～

6月20日から水泳の学習が始まります。昨年同様、コロナウイルス感染対策に万全を期したうえで、入水回数を減らして行います。

さて、水泳の学習は、ただ「泳げるようになる」ことだけが目的ではありません。正しい水とのつきあい方を学び、水難事故を防止し、海や川でのレジャーを安全に楽しむためにも必要な学習です。忘れ物や体調不良で参加できないということがないように、ご家庭でもお子様にお声かけください。なお、検温表の体温や印漏れも入水できませんのでご注意ください。よろしくお願いします。



6月7日(火) 5・6校時
6年生がプール掃除をがんばってくれました。
6年生のみなさん、ありがとう!!

～ アメリカインディアンの教えから ～

批判ばかり受けて育った子は 非難ばかりします
敵意に満ちたなかで育った子は 誰とでも戦います
ひやかしを受けて育った子は はにかみ屋になります
ねたみを受けて育った子は
いつも悪いことをしているような気持ちになります
心が寛大な人のなかで育った子は がまん強くなります
子どもたちは こうして生き方を学びます
励ましを受けて育った子は 自信を持ちます
ほめられるなかで育った子は いつも感謝することを知ります
公明正大ななかで育った子は 正義心を持ちます
思いやりのあるなかで育った子は 信仰心を持ちます
人に認めてもらえるなかで育った子は 自分を大事にします
仲間の愛のなかで育った子は 世界に愛をみつけます

この詩は家庭教育学者のドロシー・ロー・ノルトが「アメリカインディアンの教え」として1954年に発表したものです。日本では1990年に紹介され、ラジオや書籍、そして現在はSNSなどに掲載されており、子育てに悩む母親たちを中心に注目を浴びているそうです。

子どもは私たち大人をモデルにして育ちます。そして、子どもの世界の中心は言うまでもなく学校であり、家庭です。子どもの健やかな成長のためには、大人である私たちがどんな人間であるかが大切だと問いかけられています…。



熱中症 警戒アラート

発表時の予防行動

熱中症警戒アラートは、熱中症の危険性が極めて高い暑熱環境になると予想される日の前日夕方または当日早朝に都道府県ごとに発表されます。
発表されている日には、外出を控える、エアコンを使用する等の、熱中症の予防行動を積極的にとりましょう。

※北海道、鹿児島、沖縄は府県単位

外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう

- 熱中症を予防するためには暑さを避けることが最も重要です。
- 昼夜を問わず、エアコン等を使用して部屋の温度を調整しましょう。
- 不要不急の外出はできるだけ避けましょう。

熱中症のリスクが高い方に声をかけましょう

- 高齢者、子ども、持病のある方、肥満の方、障害者等は熱中症になりやすい方々です。これらの熱中症のリスクが高い方には、身近な方から、夜間を含むエアコンの使用やこまめな水分補給等を行うよう、声をかけましょう。

熱中症警戒アラート 発表時の予防行動

普段以上に「熱中症予防行動」を実践しましょう

- のどが渇く前にこまめに水分補給しましょう。(1日あたり1.2Lが目安)
- 屋外で人と十分な距離(2メートル以上)を確保できる場合は適宜マスクをしましょう。
- 涼しい服装にしましょう。

外での運動は、原則、中止/延期をしましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)に応じて、屋外やエアコン等が設置されていない屋内での運動は、原則、中止や延期をしましょう。

暑さ指数(WBGT)を確認しましょう

- 身の回りの暑さ指数(WBGT)を行動の目安にしましょう。
- 暑さ指数は時間帯や場所によって大きく異なるため、身の回りの暑さ指数を環境省熱中症予防情報サイトや各現場で測定して確認しましょう。

※環境省熱中症予防情報サイト: <https://www.wbgt.env.go.jp/>

熱中症とは

熱中症とは、暑い環境で体温の調整ができなくなった状態で、めまいや吐き気、頭痛、失神等様々な症状をきたし、最悪の場合は死に至る疾患です。誰でもなる可能性があり、運動中だけでなく、室内でも起こります。自覚からしっかり予防するようにしましょう。

暑さ指数(WBGT)とは

暑さ指数(WBGT)とは、気温、湿度、輻射熱(日差し等)からなる熱中症の危険性を示す指標で、「危険」「厳重警戒」「注意」「ほぼ安全」の5段階があります。段階ごとに熱中症を予防するための生活や運動の目安が示されていますので、日常生活の参考にしましょう。