

学校だより みんなの森合小

～ 自分でチャレンジ みんなとチャレンジ 最後まで～

NO. 7

令和3年6月22日

発行者

森合小学校長 渡邊かほる

保護者の皆様
新しい机と椅子
調節ボランティア
ありがとう
ございました



先週の金曜日に、保護者の皆さんにボランティアをお願いして、1年生から5年生の「新しい机と椅子」の
高さ調節をしていただきました。16時からが開始時間だったのですが、30分前に来てくださったり、作業
が早く終わるように電動の道具を持参くださったり、保護者の皆さんの心遣いに感動いたしました。

各教室に、数名ずつ分かれて次々と高さ調節をしていただきました。また、終わった方がまだ終わっていな
い教室を手伝いに行くなど協力し合いながら作業を進めてくださいました。そのお陰で、16時30分には、
全部の調節を終了することができました。

子どもたちは、本日から体に合った新しい机と椅子を使います。保護者の皆様、ありがとうございました。

みつけた！
みんなの森合小



見守り隊の方にお礼の手紙

ある日の朝、校長室に見守り隊
の方がお見えになって、「ある子から、お礼の手紙をもらって、とても嬉しい。」と話しに来てくださいました。誰に言われたわけでもなく、自分から、いつもお世話になっている見守り隊の方へ感謝の気持ちを伝えるために、ステキな行動に、感動しました。

いつでも、ボランティアに来ます

机と椅子の高さ調節ボランティアに来てくださったある保護者の方が、「ボランティアに参加できて嬉しい。言っていただければ、いつでも来ます。」「何かお手伝いできないかなと、いつも思っています。」とおっしゃってくださいました。なんと有り難いことでしょう。いつでも、どなたでも、時間があるときに、気軽に子どもたちの学びに寄り添っていただけるような「みんなの森合小」を目指したいです。

おしらせ

清掃時の服装について

清掃時の服装についての変更をお知らせいたします。これまでは、体操着に着替えて掃除をしていましたが、私服でも問題ないと考え、今後は、着替えずに私服のままで清掃することといたします。

○6月28日(月)から ○赤白帽子は、かぶる。

○スカートの場合は、長ズボンや半ズボンに着替える。

※ 運動着は、体育の時の服装であり、運動着を毎日着ていることは清潔な状態でない
ので、体育のない日には洗濯等で家に持ち返ることができるようにします。

※ その日の服装により、運動着の方がよいと考えた場合は、着替えてもよいとしています。



※「熱中症予防×コロナ感染防止」を進めていきます。裏面の環境省R2・6月リーフレットをご覧ください。

熱中症予防 × コロナ感染防止で

「新しい生活様式」を健康に!

【新しい生活様式】とは：新型コロナウイルス感染症防止の3つの基本である ①身体的距離の確保
②マスクの着用 ③手洗いの実施や「5歩（飲食、密接、密閉）」を避ける、等を取り入れた日常生活のこと。

注意 マスク着用により、熱中症のリスクが高まります

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなり、気づかぬうちに脱水になるなど、体温調節がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなどの「熱中症予防」と、マスク、換気などの「新しい生活様式」を両立させましょう。

熱中症を防ぐために

マスクをはずしましょう

ウイルス感染対策は忘れずに!



暑い運動は避けましょう

のどが潤っていないと、
こまめに水分補給をしましょう

気温・湿度が高い時は
特に注意しましょう



新型コロナウイルス感染症に関する情報：
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html
熱中症に関する詳しい情報：<https://www.wbgt.env.go.jp/>

暑さを避けましょう

- ・涼しい服装、日傘や帽子
- ・少しでも体調が悪くなったら、涼しい場所へ移動
- ・涼しい室内に入れないければ、外でも日陰へ



のどが潤っていないと、
こまめに水分補給をしましょう

1日あたり
1.2L(12%)を目安に

1時間ごとに 入浴前後や起床後も コップ1杯 必ず水分補給を
500mL 2.5本

・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに

エアコン使用中も
こまめに換気をしましょう

(エアコンを止める必要はありません)

注意 一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで、換気は行っていません

- ・窓とドアなど2か所を開ける
- ・扇風機や換気扇を併用する
- ・換気後は、エアコンの温度をこまめに再設定

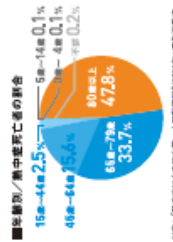
暑さに備えた体づくりと
日頃から体調管理をしましょう

・暑さに備え、暑くなり始めの時期から、無理のない範囲で適度に運動(「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度)



- ・毎朝など、定時の体温測定と健康チェック
- ・体調が悪い時は、無理せず自宅で静養

知っておきたい 熱中症に関する大切なこと

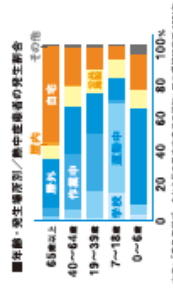


熱中症による死亡者の約8割が高齢者

約半数が80歳以上ですが、若い世代も注意が必要です。



運動は原則中止、外出はなるべく避け、涼しい室内に移動してください。



高齢者の熱中症は
半数以上が自宅で発生

高齢者は自宅を涼しく、若い世代は屋外での作業中、運動中に注意が必要です。

高齢者、子ども、障害者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。

周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

