



# 美山啓明だより

No.5



令和6年5月16日

進んであいさつ運動をしてくれています(^\_^)



「自ら考え進んで行動する子」  
のお手本です。  
3人の元気な声と笑顔が、  
みんなの笑顔を引き出していま  
した。ありがとう！！  
皆さんも明るいあいさつを返  
してくださいね。

5/8(水) わくわくお話会

おたのしみじどうはんばいき  
おうちにいれちゃだめ！

どんなお話だったか、お子さんに聞いて  
みてください。また、4冊の中で、お  
子さんの気になるタイトルがありまし  
たら、ご家庭で一緒に読まれてみては  
いかがでしょうか？



ゆきとどいた生活



100かいだてのいえ



次のページに  
続きます

## 5/14(火) 交通安全教室(1~3年生)

4名の警察の方にお越しいただきました。  
また、毎週金曜日に朝谷方面からの登校を見守ってくださる地域の方も参加してくださいました。

1・2年生は、安全に道路を歩くためのお話を聞いたあと、グラウンドで練習をしました。その後、実際の道路を安全に歩く練習をしました。



3年生は、安全に自転車に乗るためのお話を聞いたあと、グラウンドで練習をしました。

### 横断歩道の渡り方

- ①止まる
- ②手をピンと挙げる
- ③左右を見る
  - ・車が来ていないか
  - ・車が止まったか
  - ・車が行き過ぎるのを待つ
- ④左右を見ながら渡る
- ⑤お礼をする



どうすると安全かを考えさせてくれています。



次のことについて、お子さんに聞いてみてください。

- ①車の横を通るときや踏切を渡るときは、どうするの？
- ②自転車の点検箇所「ぶたはしゃべる」ってどういうこと？(3年生)

次のページに  
続きます

## 5/15(水) みやまこども園ゆり組さんの小学校訪問



みやまこども園ゆり組さんの8名が小学校に遊びに来てくれました(^\_^)「おにごっこ」と「だるまさんころんだ」でとっても盛り上がりました！遊ぶルールは子どもたちからの意見で決めました。

ゆり組の皆さんも一緒に聞きました。どのスピーチも素晴らしかったです。園長先生もほめてくださっていました。



## 5/15(水) MKSスピーチ



次のページに  
続きます

## ジャベボール投げ

毎週月曜日と木曜日の「やまびこ」の時間は、体力向上のため、マラソンや体育館での運動を行っています。この日は雨だったので、体育館で「ジャベボール投げ」を行いました。



## メダカをいただきました



家庭・地域・学校協議会委員になっていただいている地域の方からメダカをいただきました。ありがとうございます。赤や白のメダカが仲間になり、数も増えたおかげで、ビオトープ内が「めだかの学校」のようになりました。

## 学校での熱中症対策

### 1. WBGT の活用

・熱中症予防のため、暑さ指数(WBGT)に基づいて活動の調整を行っていきます。

※WBGT 値が「運動中止」に達した場合や、「熱中症警戒アラート」が発令時は原則運動を中止します。

### 2. 水分・塩分補給

・長時間の活動では、休憩を取ったり水分補給の時間を設けたりします。

・多くの汗をかく活動では、塩分を含むタブレットで塩分補給も行います。

### 3. 帽子や日陰の利用、エアコン・扇風機の使用

・外の活動では、直射日光を避けるために帽子を被ったり、暑い日には日陰を利用したりします。

・教室ではエアコンや扇風機を使用します。

### 4. マスクを外す声かけ

・運動中や登下校時、その他熱中症リスクの高い活動時においてマスクを着用している場合は、外すように声かけをしていきます。

ご家庭でも登校前に声かけをお願いします。

次のページに  
続きます

## 保護者の皆様へ

熱中症対策に関して、ご家庭でも以下の点にご協力をお願いします。

### 1. こまめな水分補給のための準備

①十分な量の水分を持たせてください。(2本目はペットボトルでも可です。)

水分はミネラル補給もできる麦茶等がおすすめです。緑茶等に含まれるカフェインには利尿作用があるのでおすすめできません。

②スポーツドリンクを持たせる場合は、次のことにご注意ください。

- ・むし歯や糖分の取り過ぎになる場合があります。水分としてスポーツドリンクのみを持たせることは避けてください。また、口渇時にスポーツドリンクをたくさん摂取することで、倦怠感や嘔吐を誘発する(ペットボトル症候群)ことも考えられますので、飲み方についてご家庭でもご指導ください。
- ・金属製の水筒にスポーツドリンクを入れたことで、金属溶出による食中毒になった事例もあります。容器にご注意ください。

### 2. 朝食摂取、十分な睡眠

①朝食は一日のエネルギーの源です。朝食は必ず摂るようにしてください。

特に朝食で塩分を摂っておくと熱中症リスクを減らせます。

②夜は十分な睡眠を取り、疲れが取れるようにしてください。

### 3. 首を冷やすリング・タオル、日傘

①ランドセルをかつぎながら長い距離を歩いていると、体に熱が貯まることもあります。

登下校時は首を冷やすリングやタオルを使用可とします。お子さんと相談し適宜持たせてください。なお、登下校時のみで、学校内での使用は控えさせていただきます。

(使用は10月末までの予定)

②直射日光を避けるため、登下校時は日傘を使用可とします。日傘を使用する場合は、視界を遮らないよう真っ直ぐしっかり持つ、人に当たらないように距離をとる、風の強い日は使用を控える、などに気をつけるようお声がけください。

### 4. その他

・塩分補給については、右のタブレットを使用予定です。

食べられない場合等がありましたら、学校までお知らせください。

商品名 塩クエン酸ぶどう糖

メーカー 有限会社 大丸本舗

原材料名 ぶどう糖(国内製造)、食塩/クエン酸

商品 HP <https://www.daimaruhonpo.co.jp/products>

