

2025 年 9 月 8 日

保護者の皆様

ほんごう幼稚園

熱中症対策（スポーツドリンクの持参など）について

初秋の候、保護者の皆様には、ますますご清祥のこととお喜び申し上げます。日頃より本園の教育活動に対し、ご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。

さて、今後も暑い日が続くと予想される中、保護者の方から熱中症を心配する声が寄せられました。そこで、園医に相談し、以下に示す熱中症対策を行うことになりましたのでお知らせいたします。

1 飲み物について

今までどおり、水やお茶を水筒で持たせてください。その上で希望される方は、スポーツドリンクを持って来ることも可能です。

- ・運動会が終了するまでの期間限定です。
- ・スポーツドリンクの量については、子どもの体調に合わせてご家庭で判断し持たせてください。
- ・容器については、子どもが自分で使いやすい物にしてください。
- ・園に持ってくる飲み物は、合計 2 本まででお願いします。

2 外での活動について

園では、これまでも水分補給をしてから外に出ています。園庭で遊ぶときは最大で 30 分までとし、休憩時間を設けて涼しい保育室で水分補給をしています。今後も継続します。

【園医からのアドバイス】

～ 朝食と睡眠が大事です ～

バランスの取れた朝食を摂ると、エネルギーの供給、水分補給、塩分やミネラルの補給ができますし、良質な睡眠も、体温調節機能の正常化、疲労回復、免疫力が向上し、熱中症の予防につながります。

ご協力をお願いします。