

事務連絡  
令和3年8月2日

横手市内学童保育利用児童保護者の皆様へ

横手市市民福祉部子育て支援課

## 熱中症予防にご協力ください

平素より、横手市学童保育事業へのご理解・ご協力を賜り、感謝申し上げます。  
夏休みに入り、市内で小学生が熱中症により救急搬送される事故が生じております。児童の安全のため、下記についてご理解・ご協力をお願いします。

### ○効果的な水分補給の方法

- 塩分を含み、カフェインを含まないものが効果的です。
  - ◎ 塩入り麦茶、スポーツドリンクなど
  - × コーヒー、緑茶など（カフェインには強い利尿作用があります。）
- 一度にたくさんではなく、少しずつこまめに補給することが効果的です。（1時間に1回、のどが渇く前に！）

### ○学童保育での対応

- 室温を適切に管理します。
- スポーツドリンクの持ち込みを可とします。
- 学童保育で麦茶と、塩気のあるおやつを用意します。
- 暑さ指数（WBGT）に応じて、体育館遊びを中止します。

### ○各ご家庭へのお願い

- 朝食を食べさせてください。（栄養素と水分の補給のため）
- 寝不足に注意してください。（自律神経が乱れ、体温のコントロールがうまく働かない場合があります。）
- 児童に気になる点があった場合は、学童の職員に伝えてください。（朝食を食べなかった、寝不足である、など）

子育て支援課子ども育成係  
横手市駅前町1番21号  
横手市児童センター（Y<sup>2</sup>ぷらざ内）  
TEL：32-2426