

令和7年7月8日

保護者の皆様へ

いちき串木野市立川上小学校
校長 牧 健一

水筒持参について（一部変更のお知らせ）

小暑の候、保護者の皆様におかれましてはますます御健勝のこととお喜び申し上げます。日頃より本校の教育活動に御理解・御協力いただき感謝申し上げます。

さて、体調管理のための水分補給について、下記のルールや留意点を守ることを前提に、必要に応じて「水筒」を持参してもかまいませんので、お知らせいたします。

記

1 水筒の中身

○原則、冷たい水やお茶

熱中症が心配な日…スポーツドリンクも可

スポーツドリンクは対応している水筒に入れてください。

2 水筒の大きさなど 保護者の判断

児童の登下校の負担にならない程度

×ペットボトルは一律禁止とさせてください。

(環境問題や衛生面の観点から)

3 留意点

○必ず記名をします。

○毎日持ち帰り、洗浄して衛生的に使用できるようにします。

○登下校中（バスの中など）は飲みません。

（喉がかわいていたら、乗る前に飲みます。）

○友達の水筒の水を勝手に飲んだり、回し飲みしたりすることはできません。

※ 以上のことを学校では指導していきますので御協力ください。

※ スポーツドリンクは糖分の摂り過ぎや、一度に飲み過ぎないよう注意が必要です。麦茶に少し塩を加えるのもおすすめです。

本校の飲料水（水道）は毎朝検査をしていますので、水質に問題はありません

スポーツドリンク持参に関するお願ひ

本校では、熱中症予防の観点から、暑さが厳しい日には水筒の中身としてスポーツドリンクの持参を一部認めます。つきましては、以下の点についてご理解とご協力を願いいたします。

- スポーツドリンクは、「ジュースの代わり」ではなく、熱中症を防ぐための補給飲料です。

甘味が強いため、子供たちがジュース感覚で多く飲んでしまい、その結果、給食が食べられなくなることを心配しています。

ご家庭でも、「必要な場面で適量を飲む飲み物である」ということを、お子様にお伝えいただければ幸いです。

- 飲むタイミングについては、「運動の後」や「休憩中」など、適切な場面でこまめに水分補給ができるよう、学校でも声かけを行っています。

また、子ども自身が「のどが渴いた」と感じたときには、自分の判断でも飲めるよう配慮します。

ただし、「がぶ飲み」や「授業中の頻繁な飲用」などが起こらないよう、節度ある飲み方について指導します。

- 持参する量については、学年や活動内容に応じて調整していただき、目安としては500ml程度を上限としています。

飲みすぎによる体調不良や食欲低下を防ぐためにも、ご協力を願いいたします。

子供たちが安全に、そして健康に学校生活を送ることができるよう、ご家庭と連携して取り組んでまいります。引き続き、ご理解とご協力をよろしくお願いいたします