

にこりん

(二小公式キャラクター)

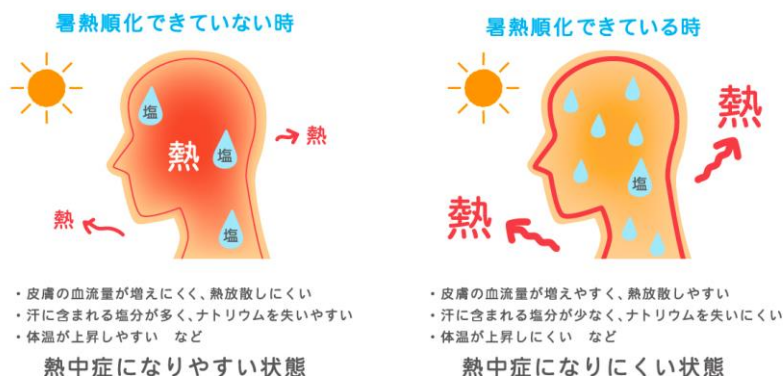
「暑熱順化」

校長 井戸 しのぶ

この言葉がメディアに出るようになったのはいつ頃からでしょうか。「しょねつじゅんか」というそうですが、これまでは当たり前に「夏」を迎え、「夏は暑いもの」という意識で過ごしていましたが、熱中症をはじめ、最近は命の危険があるほどの暑さを記録する日も増えてきました。

今年も5月に、最高気温が25℃以上の夏日や30℃以上の真夏日となることがありました。体がまだ暑さに慣れていないため、特にこの時期は熱中症のリスクが高まると言われています。対策としては、無理のない範囲で汗をかくことが大切です。日常生活で軽い運動や入浴をすることで、あえて汗をかき、体を暑さに慣れさせることができます。実際に気温が上がって熱中症の危険が高まる前に、徐々に行うと良いそうです。暑熱順化は個人差もありますが、一般的には2週間程度かかると言われています。本格的な夏を迎える今のうちから、余裕をもって暑熱順化のための活動を始め、暑さに備えたいですね。

暑熱順化による体の変化



出典：一般財団法人日本気象協会

大人でも暑さに苦勞するこの時期、体の小さい子どもはなおさら注意が必要です。保持できる水分量が少ないからです。学校ではWBGT（暑さ指数）の計測をするとともに、こまめに水分補給をするよう促します。本校は直結水道（タンク式ではない）のため、東京都の安全な水をいつでも飲むことができますが、必要に応じて水筒を持参することを認めています。施設の構造上、校庭や体育館、1階、地下1階の専科教室など近くに水道がない場所もありますからです。また、活動によっては水道まで行く時間が十分にとれない場合もあります。最近、「朝起きてから何も食べていない、何も飲んでいない」という話を児童から聞くことがあり、心配になりました。様々な事情で朝食が十分にとれなかったとしても、コップ1杯の水だけは何としてでも飲ませてから登校させて欲しいです。食べていない、飲んでいないお子さんが学校で不調になることは珍しくありません。たかが“1杯の水”と思われるかもしれませんが、子どもにとっては命を守る大事な水分になります。寝ている間に水分を失っているからです。暑くなる時期は出かける前に1杯の水を！、お声掛けをお願いいたします。

6月の主な行事予定

日	曜	時程	主な予定
1	日		
2	月	A	視力(3) 面談調査配布 下水道出前授業(4)
3	火	A	【SC】
4	水	A	視力(2) 地域未来塾
5	木	B	学校公開(①~⑤) セーフティ教室(8:45~) 地域未来塾
6	金	A	学校公開(①~⑤) 租税教室(6)
7	土		
8	日		
9	月	A	安全指導 視力(1) 教育実習始 面談調査回収
10	火	B	あいさつ運動始 【SC】
11	水	A	耳鼻科(全) 地域未来塾
12	木	B	あいさつ運動終 地域未来塾
13	金	A	色覚検査(4)
14	土		
15	日		
16	月	A	眼科(全)
17	火	B	スポーツテスト終 【SC】
18	水	A	
19	木	B	歩行者シミュレータ(1) 10:45~11:45 地域未来塾
20	金	A	
21	土		
22	日		
23	月	A	
24	火	B	避難訓練 小中連携(和田中授業) 【SC】
25	水	A	
26	木	B	事前健診(5) 面談決定版配付
27	金	A	集団宿泊(5) 教育実習終
28	土		集団宿泊(5)
29	日		
30	月	A	振替休業日(5年のみ)

SC・・・スクールカウンセラー【勤務日】

★個人面談について

7月22日から25日までの4日間で、個人面談を実施します。面談は全員を対象とします。

6月2日に各学級担任から日程調整をするための調査用紙を配布いたしますので、ご都合をご確認いただき、6月9日までにご提出ください。また、日程調整をした結果は、6月26日に配布いたします。ご協力をお願いします。

お知らせ

◆学校公開について

今年度第1回目の学校公開です。学習や生活の様子をご覧いただき、頑張っている子供たちへ温かい励ましの言葉を掛けていただければ幸いです。

□日時：6月5日(木)、6日(金)

※両日とも公開は1～5校時です。

※1～4校時(8:45から12:15)です。

※給食の時間の公開はありません。

※5日(木)5校時 13:40～14:25

※6日(金)5校時 13:10～13:55

□参観はお子さんの学年のみとなります。

□受付名簿は、昇降口入ってすぐのところにあります。参観された人数分〇を付けてご入校ください。

□上履き(スリッパ等)、靴を入れる袋、PTCA名札をご持参ください。

◆ハケ岳集団宿泊学習(5年生)について

6月27日(金)～28日(土)の1泊2日で5年生がハケ岳集団宿泊学習へ行きます。この貴重な機会を生かして、ハケ岳の自然に触れ、集団生活を学び、友達との絆を深める絶好の機会にしてほしいと願っています。宿泊学習には、5学年担任に加え、図工専科の武井教諭と音楽専科の野寄教諭が引率します。

★交通安全について

都内では、小学生の自転車による事故が多発しています。学校では6月19日(木)に1年生を対象に「歩行者シミュレーター」を活用して授業を行います。いろいろと交通安全について学んでくると思いますので、ぜひご家庭でも話題にいただき、交通安全についてお子さんと確認してください。

★夕焼けチャイムについて

5月になり、少しずつの日没までの時間が遅くなりました。多摩市では、遊びに夢中になって時間が経つのを忘れがちな子供たちの「時間の目安」として「夕焼けチャイム」を放送しています。

夏期 4月1日～10月31日 17時

冬期 11月1日～3月31日 16時

子供たちをねらった様々な犯罪が起こっていますので、ご家庭でも話題にいただければと思います。