

# 大河内小だより



2026年

<http://www.okawachisho.com>

令和8年5月13日

## 運動会に向けて、がんばっています！

今週に入り、全校練習が始まりました。開会式の練習やラジオ体操、運動場の石拾いをして、運動会に向かう気持ちを高めています。おうちでもダンスやソーランの動画を観て、練習を頑張っているお子さまを応援して下さっているところかと思えます。23日の本番に向けて、これからも練習が続きますので、体調管理等へのご協力をお願いいたします。

## 経口補水液(スポーツ飲料)について

太陽の日差しが出ると、ジリジリとした夏の暑さを感じます。そんな中、ほぼ毎日子どもたちは、走ったり、ダンスをしたりして汗をたくさんかいてがんばっています。学校では熱中症対策として、水分をこまめに取るよう声をかけています。さらに今年から、運動会の練習を含め、暑さが落ち着く時期までの期間は、経口補水液(スポーツ飲料)を持ってきてよいことにしました。ただ、いくつか心配している点がありますので、右ページをご確認ください。終了のタイミングについては、また秋ごろ(暑さが落ち着いた頃)にお知らせします。



## 暑い時期のヘルメットの着用について

どちらもOK



熱中症対策として、6月からはヘルメットの着用を帽子に変えてもよいことになっています。前倒しになりますが、ヘルメットについても、対応時期を今回の経口補水液(スポーツ飲料)に合わせます。安全性は、ヘルメットの方が格段に高いです。

## 日傘の積極的活用をお願いします

登下校時に日傘の活用がとても効果的です。帽子かヘルメット着用の上、日傘を使用してください。とても涼しいです。





## <ご確認ください>

※麦茶に少し塩を入れるのも有効です。

①スポーツ飲料（例：ポカリスエットやアクエリアスなど）は、糖が多く含まれています。飲みすぎると糖分の過剰摂取となり、むし歯や急性の糖尿病などの症状を引き起こす恐れがありますのでお気をつけください。

②スポーツ飲料は、金属の容器（水筒）に入れると成分が金属と反応し、金属中毒を引き起こす場合があります。持ち運ぶ容器（水筒）の安全性についてはおうちの方で十分ご確認ください。

③ペットボトルのまま学校に持たせる場合は、教室内で類似品が重なることが予想されますので、名前を明記し、カバーを付けるなど、友だちと間違えないような工夫をお願いします。

④学校から貸与したタブレット端末と一緒にランドセルに冷えたペットボトルを入れる場合は、水滴が精密機械（タブレット端末）につかないよう、対策を講じてください。

この他にもまだ心配なことはありますが、主に上記のようなことに気を付けていただき、熱中症対策として、お子さまに十分な水分補給が取れるよう、各ご家庭で準備をお願いします。

申し訳ありませんが、原則、学校でお茶を補給することはありません。命を守るための緊急対応として、学校の職員の判断のもと、お子さまにペットボトルをお渡しした場合は、未開封の代替品（メーカーは問いません）を後日学校までお戻しいただきますようお願いいたします。ご理解・ご協力のほどよろしくお願いいたします。