

## 水分補給のための水筒持参について

本校ではこまめな水分補給を指導しています。下記の要領で水筒の持参を認めています。熟読の上、ご家庭でもご指導いただきますようよろしくお願いいたします。

### 記

#### 1 持参してよい飲み物

水、お茶、スポーツドリンク

#### 2 持参方法

気温、体調等を考慮して、必要に応じて持参する。

水筒か、ケースに入れた(タオルにくるんだ) ペットボトルで持参する。

#### 3 その他

- ・細菌の繁殖を防ぐため、水筒は毎日持ち帰り、きれいに洗うようご指導をお願いします。
- ・水筒（ペットボトルケースかペットボトルのふた）には記名をする。
- ・自分の水筒のみ使用する。(回し飲みをしない。)
- ・ペットボトルは学校で捨てずに、家に持ち帰る。
- ・熱中症を予防するためには、暑さに備えた体作りが大切です。寝不足や欠食をしないよう、「早ね、早おき、朝ごはん」等の実施についてもよろしくお願いいたします。