

熱中症対策についてのご案内

平素は当クラブにご理解ご協力を賜り、誠にありがとうございます。

梅雨の時期に入り暑さも増してくると共に、保護者の皆様からマスク着用についてのご質問を頂く事が増えて参りました。現在は未だコロナ終息には至っておらず、近隣の学校などから感染報告もある状況の為、全会員様にマスク着用をお願いしております。運動時のマスク着用によるお体の負担や熱中症につきましても、出来る限りの対策を取らせて頂いておりますので、改めてご案内させていただきます。

何卒、会員様やそのご家族・スタッフの安全安心の為、ご理解ご協力賜ります様お願い申し上げます。

<熱中症対策>

- ・こども器械体操コースでは、レッスン中に2回以上水分補給時間を設け、休憩とお子様の様子の確認を行っております。
- ※今後ジュニア姿勢・体幹トレーニングコースも飲み物（水又はお茶）を必ずご持参ください。水分補給時間を設けます。
- ・エアコンや扇風機を利用し、室内温度調節を行っております。
- ・各校、各フロアに保冷剤や氷の準備をしております。
- ・なるべく激しい運動を連続して行わないなど、レッスンメニューの工夫をしております。
- ・選手・育成・上級クラスでは、空中又は器具上で高さ・スピードがあり、マスクがずれると怪我・事故に繋がると指導者が判断した場合、適宜マスクの着脱を指示し、安全を考慮しております。
- ・1.2才、2.3オクラス等、マスク着用が難しい場合は、フェイスシールドの利用をお願いしております。
- ・体調を確認した上で必要なお子様には、2メートル以上離れた場所でマスクを外し休んで頂きます。
- ・家庭用マスク（スポーツマスクや布マスクなど）なるべく呼吸がしやすいマスクも使用頂けます。

当クラブでは、下記の文科省から教育機関への通達を守り、屋内での運動を安全に行う為、考えられる限りの工夫をしながら、レッスンを継続させて頂いております。昨年もマスクを着用され夏のレッスンを受けておられたお子様方は多くいらっしゃいましたが、熱中症などによる大きな体調不良は見受けられませんでした。今年は更に対策を徹底し、お子様方の様子に注意しながらレッスンを行って参りますので、ご理解ご協力賜りますようお願い申し上げます。休会される場合は、前月20日までにご連絡をお願いいたします。

※文科省「スポーツ庁政策課学校教育室」が教育機関に出している情報の要約（一部省略あり）
学校の体育の授業におけるマスクの着用は必要ないが、児童生徒の間隔を十分に確保するなど、下記の事項を十分に踏まえた対策を講じることが必要。

- 児童の距離を2m以上確保する。
 - 体育の授業において、軽度な運動を行う場合や児童生徒がマスクの着用を希望する場合は、マスクの着用を否定するものではないこと。
- ただし、医療用や産業用マスクではなく、家庭用マスクを着用するよう指導すること。
- マスクの着用時には、例えば、呼吸が激しくなるような運動を行うことを控えたり、児童生徒の呼吸が苦しい様子が見られる場合は、必要に応じてマスクを外し、他の児童生徒との距離を2m以上確保して休憩するよう指導すること。
 - 当面の間、可能な限り「屋外」で実施すること。
 - 体育館など屋内で実施する必要がある場合は、呼吸が激しくなるような運動を行うことは避けること。