



# 神奈川の風



平成28年6月23日号

校長 吉江 明洋

## < 定期テストの結果は >

今年度最初の定期テストが終わりました。特に1年生は中学校に入学して初めての定期テスト。手応えはどうでしたか。返されたテストは満足できる結果だったでしょうか。

思うような結果が出なかった人は、この二ヶ月半の学習状況を振り返り、自分のこれからの課題をしっかりと確認して改善しましょう。頑張っているつもりになっているだけで、辛さから逃げているだけでは向上はありません。

才能ある人間とは、努力を楽しめる者。だから大多数の凡人は苦しみながら努力するのです。失敗した後の姿勢で、その人の価値が決まります。言い訳で自分の気持ちをごまかさず、次回のテストに向けて弱点を克服しましょう。



## < 夏至 >



6月21日(火)は夏至でした。この夏至も二十四節気の一つで、日本の位置する北半球では一日の日照時間(昼間)が一年の中で最も長くなり、夜の時間が最も短くなる日で、北極圏では太陽が地平線に没することがなく白夜になります。

日本では、夜が一番長くなる冬至と比べると昼間の時間差は4時間以上もあり、暦の上では夏本番となります。

また、夏至から11日目の7月1日(金)は、雑節の半夏生です。半夏はドクダミ科の多年草で、低湿地に生えます。その半夏が生える頃という意味で、昔の農事暦では、この頃までに田植えを終えないと、「半夏半作」といって収穫が半減するとされていました。

今年の関東地方は昨年よりも2日遅く、6月5日に梅雨入りが発表されましたが、この夏至の頃は、梅雨は中休みすることが多く、その時には真夏のような晴天になる日があります。体育や部活動でも熱中症には十分に気をつけて、水分をこまめにとり、体調が悪くなりそうなときは我慢せずに、早めに申し出て日陰で休息しましょう。

上級生は、自分の体調管理だけでなく、下級生の様子も確認しながら活動するよう気配りをよろしくお願いします。

### 【熱中症とは】

熱中症とは、暑いところで激しい運動をしたときなどにおこる障害のことで ①熱失神 ②熱疲労 ③熱けいれん ④熱射病 などがあります。

### 【熱中症の処置】

○涼しい場所に運んで、頭を低く足を高くして寝かせる。○濡れタオルや水をかけてあおぐ。○首や脇の下、脚の付け根(股関節付近)などの太い血管を氷などで冷やす。○水分と塩分を補給する。吐き気や嘔吐などがある場合は水分が補給できないときは、至急、病院で点滴を受ける必要があります。\*具合が悪くなったら、とにかく早く先生に連絡です!!