

青空のたより

学年目標 Rising Hi!!



自然教室、定期試験と忙しい6月をなんとか乗り切り、7月に入りました。夏休みまで登校するのもあと11日。こっそりとカウントダウンしている人もいないのではないかと思います。

先週は例年にない暑さで、体調不良者も続出しました。熱中症は暑さに慣れていない時期が危険だと言われています。熱中症は命に関わることもあるので、自分の体調の変化に注意し、早めの対応が大切です。

<熱中症予防のための日常生活での留意点>

- 暑さに備えた体作りをする。・・・睡眠・食事もしっかり！
- 暑さをさける行動をする。
- こまめに水分補給をする。(塩分を含んだスポーツドリンクが望ましい)
- 集団活動の場ではお互いに注意し合う。・・・仲間の様子に注意！

部活動の際は、水分を十分に準備するのはもちろん、体を冷やすもの(氷、保冷剤など)を準備しておく心安いです。例えば水を入れた500mlのペットボトルや、ぬらしてしぼったタオルを凍らせておくとかも有効です。首の後ろやわきの下などを冷やすとスーッと体が楽になりますよ。水分補給のついでに体を冷やす・・・ぜひ、試してみてください。

中2の夏・・・部活動でも中心となる存在になっていきますし、技術的にも今まで培った基礎を発展させていく時期です。それぞれが満足できる活動ができるように、体調を万全に整えて頑張りましょう。

また、体調が悪くなった時には保護者のお迎えをお願いすることもあると思います。部活動中の学校からの連絡には必ずつながるようにしておいてください。

1学期のまとめの時期・・・個人面談が始まります。

11日(月)から三者面談が行われます。1学期の生活を振り返り、次の目標につながる時間にできるとよいと思います。教科の成績も出ますが、評価資料も少なく、まだまだ途中経過でもありますので成績だけに一喜一憂するのではなく、前向きにとらえて、夏休みにつなげてほしいと願います。

自然教室の感想を絵日記にまとめ、廊下に掲示しています。面談で来校された時にはぜひ、ご覧になってください。



生徒昇降口から2階へ向かうスロープに全学年一人ひとりが願い事を書いた七夕飾りが展示されています。

手前から1年1組、2組・・・となっておりますので、2年生は6本目から9本目ですね。そちらもぜひご覧ください。