

2学期スタート!

まだまだ秋の気配を感じることなく、夏休みが終了しました。夏休み明けも、暑い日が続き、体調管理が難しい日々です。早寝・早起き・朝ご飯で厳しい残暑を乗り切りましょう。

運動会や文化祭など、大きな行事が続く2学期です。それぞれが、行事を通して学び、実り多き2学期になりますように!

暑さを知り、暑さと戦う



対策1 敵を知る!

予防のためには、まず敵(熱中症)をよく知ること! 熱中症のメカニズムや予防対策など、自分でできる健康管理について学びました。7月に生徒保健委員会が各クラスで保健指導を行っています。

対策2 暑さを見える化!

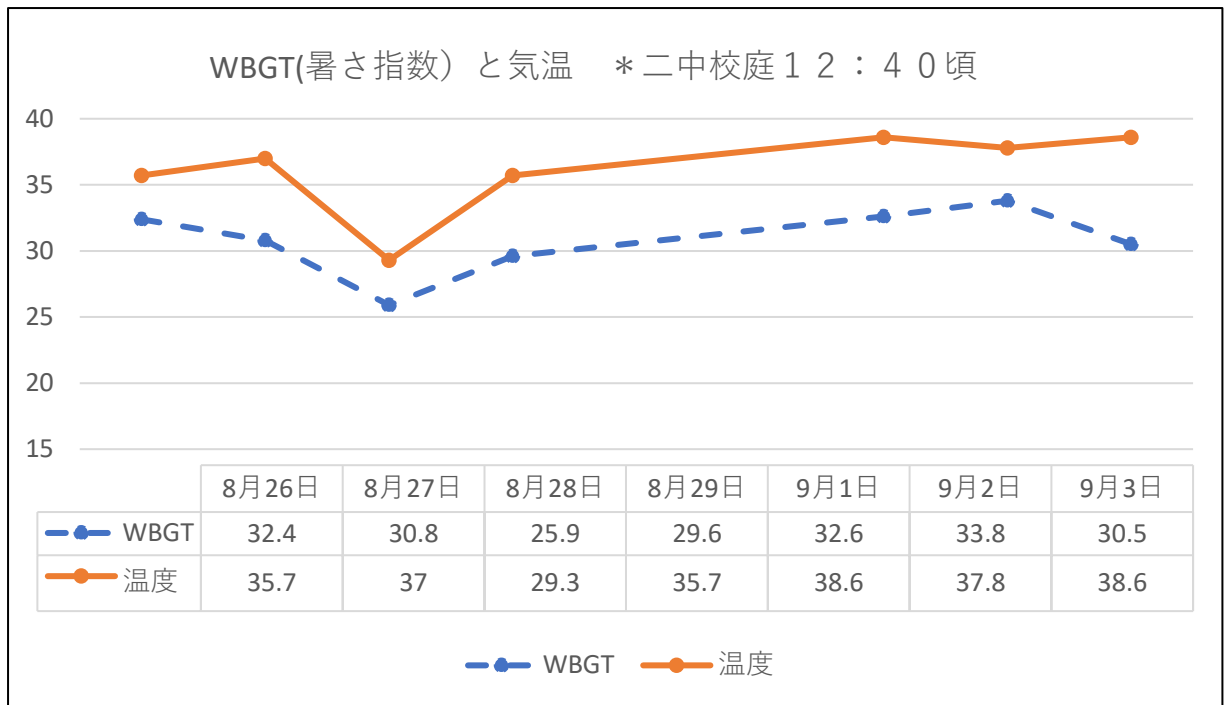
保健室前に本日の予想最高気温と暑さ指数を掲げます! 一人一人の予防意識が大切。



対策3 備える!

身体への吸収が早い経口保水液(OS1)を保健室の冷蔵庫に常備。必要な生徒にはすぐに対応できるように備えています。暑さ指数計で日々の暑さ指数をリアルタイムで測定中です。





学校では、活動場所の WBGT(暑さ指数)と気温の測定を実施しています。上記は、8/26(火)～9/3(水)までの校庭の様子です。連日、WBGT(暑さ指数)、気温ともに高い日が続き、特に体育の活動場所を変更する対応を余儀なくされました。放課後の部活動においても、各顧問の見守りのもと、活動量の調整や休憩時間の配慮、十分な水分補給など熱中症対策を行いながら実施しています。記録的な暑さが続いた今年の夏。まだまだ残暑が厳しい日が続くとの予報も出ています。運動会の練習や、新人戦に向けての部活動など、活動量が多い日が続きます。大きめの水筒持参、十分な睡眠、バランスの良い朝食など、ご家庭でも引き、熱中症予防にご協力をお願いします。

掃除を頑張ると……

家庭で日常的に掃除を任されている人はどのくらいいるでしょうか？家のトイレ掃除をやったことがありますか？「掃除機くらいはかけるよ」という人は多いと思いますが、ほうきと雑巾を使って、掃除をする経験は少ないのではないかと思います。

保健室から職員室前の廊下は3-3の生徒が毎日きれいにみがいてくれています。毎週分担を決め、協力し合いながら清掃活動に励みます。

ある日、1人お休みだったので「私が雑巾かけをやるよ～」と始めました。清掃終了間際、自分の分担を済ませた生徒が、さっと私の分担を手伝ってくれました。まさに「気づき清掃」！清掃活動から「集中力」「感謝の気持ち」「ものを大事にすること」など様々な学びがあります。生徒と共に清掃活動に励む時間を大事にしたい今日この頃です。

