

# 和・汗・創造



1学期も残りわずか、いよいよみんなが楽しみにしてる夏休みも間近に迫ってきました。7月は1学期最後の月になります。1学期に行われたことを振り返り、自分の成長を実感してみましょう。また、部活動や生徒会では、世代交代が行われる時期にもなります。立場が代わるこの時期だからこそ、クラス・学年・チームが目指しているものを再確認して、1学期最高の終わり方で夏休みを迎えられるように、みんなで頑張っていきましょう。

## 7月心のテーマ 「集団の中の自分」

～ 自分の役割を考えよう ～

### ◇新たな役割の自覚とともに、自分の役割を確認し、しっかりと果たそう。

部活動やチームによっては、3年生が引退したり、生徒会執行部の役員が交代したりと新たな役割をになう人もいます。また、これまでの役割を引き続き担当する人もいます。自分の役割を理解し、優先順位を考え、学級や学年、部活動、学校全体といった集団に貢献していきましょう。

### ◇学級や部活動を今一度見つめ直し、次へのステップアップを目指そう。

みんなそれぞれ様々なことに頑張った1学期だったと思います。だからこそ、ふり返りをしっかりと行うことで、成功や失敗の経験をもとに目標や取り組みを修正し、夏休みや2学期に頑張ることにつなげていきましょう。

特に夏休みに関しては、いつもよりも時間があり様々なことにチャレンジできる良い機会になります。夏休みを前に、自分の課題をはっきりさせておいて、良い夏休みのスタートダッシュを切れるよう、この1か月準備していきましょう。



# 先月の活動を振り返って



## 〇部活動の加賀地区大会で一つの「区切り」

チームとして、何より3年生にとって、1つの大きな区切りとなる加賀地区ブロック大会が終わりました。大会での勝利し、次の県大会に進んだ人、惜しくも敗れて引退になる人、それぞれ迎えた結果は異なりますが、ここがみんなの区切りです。特に3年生はこの日までチームや下級生を引っ張ってきてくれてありがとう。そしてお疲れ様でした。

「区切り」は「終わり」ではありません。ここから新たな「スタート」です。良いスタートを切るためには、どこに向かうかの「目標」が必要です。これは、3年生に限らず、1、2年生も同じことが言えます。それぞれの立場で、新たな目標は決まっていますか？

今一度ここからの自分の、そして自分たちの目標を再認識して、良い「区切り」になるようにしていきましょう。

## 熱中症に注意を！！

今年の夏は例年以上に気温が高くなる予報が出ています。7月は梅雨も明けて、一気に日差しが強くなり、気温が上がる時期になります。まずは熱中症にならないように、睡眠時間をしっかり確保し、朝ごはんを食べるなど、自分自身で体調管理をしっかり行い予防に努めていきましょう。また、必ず水分を持参して、こまめな水分補給を行きましょう。熱中症が疑われる症状が周りであれば、近くの人に連絡し、すぐ以下の対応をしてください。



### 熱中症が疑われる人を見かけたら(主な応急処置)

❄️ エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難



❄️ 衣服をゆるめ、からだを冷やす  
(首の周り、脇の下、足の付け根など)



❄️ 水分・塩分、経口補水液※などを補給  
※水に食塩とブドウ糖を溶かしたもの



※厚生労働省 HP から抜粋

## 7月3日(月)より体操服登校可

7月3日(月)より、体操服登校を可能とします。体操服を活用して、学習に取り組みやすい環境を整えましょう。なお、気温に合わせて学校では冷房がはいるります。もし寒い場合は体操服の上下長ジャージを着用しても構いません。自分自身の体調は自分で管理して、暑い夏を乗り切りましょう。

