

# 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 「役割と責任」

～自分の責任をやりとげよう～

### ◇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。



# 熱中症に注意を！！

今年の夏は昨年と同様、またはそれ以上に気温が高くなる予報が出ています。7月中旬には梅雨も明けて、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いましょう。熱中症が疑われる症状が周りで出たら、近くの大人に連絡しましょう。

以下熱中症対策についての内容になります。学校内でのルールを守りながらしっかりと対策を行いましょう。

## ○学校には活動に合わせて、十分な水分をもってくる。

- ・熱中症対策には水・お茶よりも、塩分やミネラルが含まれるスポーツドリンクが望ましい。
  - ・特に暑さが予想される日は、ペットボトルを凍らす等で対応しても構わない。
- ※ただし、自分のカバンや教室が汚れないようにタオル等利用すること。

## ○登下校時にも熱中症対策を行う。

- ・こまめな水分補給を行う。
  - ・日差しが強い場合は徒歩通学に限り、日傘など使用可能。
- ※夏休み中においては、部活動によって登下校時間が異なるので、各々で熱中症対策を行うこと。



## 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



## 【重要】



7月19日(金)終業式、7月24日(水)大徳中学校歓迎式典  
は「制服登校」になります！！

現在学校では体操服登校を可能としていますが、儀式に関しては正装で出席することが社会に出たらマナーになります。

7月19日(金)終業式と7月24日(水)大徳中学校歓迎式典は儀式となります。夏服制服を着用して参加するようにしましょう。社会に出た際にTPO(Time:時間、Place:場所 Occation:場合)に合わせた服装を自分で考えてできるように、今から意識していきましょう。