

Chance

輪島市立輪島中学校

1学年通信

2019年7月2日(火)

7月に入り、今学期の授業日もあと13日となりました。先週終わった期末テストが、1枚ずつ手元に戻ってくると思いますが、決して点数だけにこだわらず、内容を今一度見直し、習得するようにしてください。各自の頭に貯金できるような工夫が必要です。また、夏休みを充実させるために、残りの学校生活をしっかりと送ることが不可欠です。1学期をきちんと振り返って、夏休みで何をしなければいけないかを考えておきましょう。



熱中症予防講座行われる！

先月28日(金)の午後、「熱中症からカラダを守ろう」と題して、大塚製薬株式会社の米田安幸氏を講師にお招きし、お話しいただきました。生徒の興味をひくために、導入では2100年の晴れの気温が43℃と予想されていると話す、会場がドッとどよめきました。人間が耐えうる体温の限界が42度だというお話もありました。そして、熱中症を予防するには、『上手に発汗すること』と『塩分のある飲料水を摂取すること』、そして『朝食をしっかりとること』、簡潔にお話されました。また、熱中症にかかった場合の対処法についても教えていただきました。救急車を呼ぶタイミングとして、どのような症状の時がいいのか、意識があるかないかを確認するには具体的に質問して反応をみることも知ることができました。これから起こりうる熱中症について学習できて、とても良かったです。米田さん、お忙しい中、お話しいただき、本当にありがとうございました。

【生徒感想…】

どれくらいの症状で救急車を呼ぶかの基準が分かったので良かったです。1回だけ熱中症になった事があったけど、その時は軽い症状で普通に治ったけど、昔は熱中症で何十人も死んでしまったことを知って普段あまり水分をとらないので、水分をとるように気をつけたいと思います。

今日、熱中症予防講座を聞きました。熱中症にならないためには、しっかり汗をかくことが大切だと知りました。特に大切なのは、塩分と水分両方をうまくとることだとわかりました。お話が聞けてとても良かったです。



今日、熱中症予防講座がありました。私は熱中症の事がよく分からなかったので、すごく勉強になりました。もし、人が倒れたら、名前などを聞いてみて、分かったら日陰に連れて行って水分をあげたりすること、分からない場合は救急車を呼ぶということがわかりました。熱中症には気をつけて過ごしたいです。



熱中症予防講座で学んだことは、予防の仕方やもし自分が熱中症になってしまった時の対処法などでした。私が気になったのは、真水やお茶だけでは熱中症になってしまうということです。塩分が0.1~0.2gほど入っている飲み物の方が効果があるということを知って驚きました。いろいろ知ることができて良かったです。

僕は、熱中症は思ったより怖い病気だと知りました。昔は多くの方が死んでいた病気で、けいれんを起こしたり、立てなくなったり、物を持ってなくなるなど、こわい症状が出るのだと思いました。しかも、塩分が入った飲み物を飲まないダメだということも知りました。未来では、温暖化が進んでもっと暑くなるので、しっかりと対策しようと思います。

熱中症予防講座を受けて、もし友達と遊んでいるとき、友達が熱中症で倒れてしまったらどうすればいいかがよく分かった。熱中症レベル2~3は救急車を呼び、到着を待っている間とにかく体を冷やせばいいことも分かった。レベル2~3とは、頭が痛くなったり、意識がなくなったりしたときだそうです、覚えておきたい。今日習ったことを今後の生活に生かしたい。

朝のあいさつ運動もがんばってます！

たくさん学びました！



この日(6/26)は、野球部の1年生が当番で、朝の7時50分から15分間、爽やかに大きな声で「おはようございます！」と挨拶運動をがんばっていました。

1日(月)4限目の終わりに地震発生を想定した避難訓練を行いました。避難完了時間が「6分36秒」でまずまずでした。が、私語をしながらの移動で真剣さのないのが課題となりました！

【今月の行事予定】

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1 (月) 地震想定避難訓練 | 16 (火) 生徒会委員会 |
| 6 (土) 清掃ボランティア | 18 (木) 薬物乱用防止教室 |
| 7 (日) 能登吹連 | 19 (金) 終業式 |
| 9 (火) 県体壮行式 | 通知簿渡し① |
| 10 (水) 計算コンテスト | 20 (土) 通知簿渡し② |
| 12 (金) 漢字検定 | ※夏休みスタート |
| 13 (土) ~15 (月) 県体 | 23 (火) ~26 (金) |
| 15 (月) 海の日 | 補充学習 (全員対象) |