



駐車場の芝刈りアート

ほっと

No. 7

2024.6.28発行

甲田中学校

保健室 種市

熱中症対策をしながら、暑さに負けない健康な体を作ろう

27

℃を記録した27日(木)から気温が上昇する上に、雨が降り湿度も高くなることが予想されます。まだ暑い中の運動に慣れていないため、より一層熱中症に気をつけなければいけません。

今まで以上に、①こまめに水分を補給し、②気温に見合った

服装③暑い中動いてたまった疲労を睡眠で解消させ、朝食で塩分や水分を補給し、暑さに負けない体を作りましょう。

日付	6月28日 (金)	6月29日 (土)	6月30日 (日)	7月1日 (月)	7月2日 (火)
天気	晴時々曇	曇時々晴	曇時々晴	曇時々雨	曇一時雨
気温 (℃)	29 16	27 17	29 19	29 21	29 21

7月のほけん行事

1日(月)テストのため部活動停止(～7日)

3日(水)PTA 例会

4日(木)SC 来校

5日(金)第2回定期テスト

8日(月)清掃強調週間(～14日)

9日(火)3年防災教室

10日(水)県大会壮行式

11日(木)SC 来校

13日(土)県中体連開会式



14日(日)県中体連 1日目

15日(月)県中体連 2日目 海の日

16日(火)県中体連 予備日

17日(水)3年薬物乱用防止教室

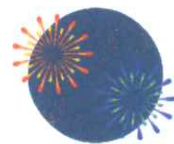
19日(金)前期前半終了 給食後下校

20日(土)夏季休業日(～8月25日)

22日(月)全校三者面談(～26日)

28日(日)平和の日

31日(水)甲田中オープンスクール



1年食育教室 今年度、給食レシピコンクールに応募するため、使用する食材の栄養や調理のコツ等、レシピを考案する上でのヒントについて、栄養職員の伊東先生から学びました。これから班でレシピを考案し、夏休み後に班毎に調理して、応募する予定です。どんなレシピができるか、楽しみです。

フッ化物洗口 今年度も県健康教育実践研究事業の予算で、フッ化物洗口を希望者に行っています。慣れない1年生のために、サポートしてくれる先輩たちのおかげもあり、1年生も慣れてきました。「おいしい味」ではないのですが、むし歯予防には効果抜群！ 歯科検診で校医の先生から「今年は、今までより口腔の状態が良いと思いました！」とお褒めの言葉をいただきました。



真剣にメモを取りながら聞いています



ルールを守りながら使用し熱中症&けが予防しよう

製氷機 ①アイシング専用ですので口に入れないようにしましょう。

②氷のうなどアイシング専用の容器に入れて使用しましょう。備え付けのビニール袋は緊急の時のみです。

③アイシング専用の容器に入れている場合に限り、授業中の使用を認めます。

アイスディスペンサー

①氷を使う時には水筒や備え付けのカップに入れて使いましょう。

②授業に間に合うように利用しましょう。

③氷の大きさが大きく、短時間で食べ終えることができず、口に入れながら活動することでのに詰まらせる危険性があることから、口に入れて食べたりなめたりする事は禁止とします。水筒に入れて使うのみとします。

