

GRASS ROOTSに 名を刻め！

— RESPECTから始める冒険 —

その56 (R05.09.04)

～ 熱中症の予防のために ～

暑くて暑くて暑い夏休みが終わりました。暑さ対策のために、なかなか外に出られない日があったと思います。2学期が始まり、1週間が経ちました。暑さに慣れていない児童も多いと思います。熱中症を引き起こす要因と予防策を紹介します。

- | | |
|----------|---|
| 【要因1】環境 | →気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い
急に暑くなった、閉め切った屋内 |
| 【要因2】からだ | →栄養不足、寝不足、体調不良による脱水状態 |
| 【要因3】行動 | →長時間の屋外運動、水分や塩分が補給できない状況
激しい運動 |

熱中症を予防するには、涼しい服装、日陰を利用、日傘や帽子の活用、水分や塩分の補給が考えられます。早寝・早起き・朝ご飯も大切ですね。

見つけたよ! RESPECTにあふれる景色

【 8月29日(火)】教員の一言

4年生の多くの子供たちが、運動会の応援団に立候補しました。このことについて、ある先生が「結果にかかわらず、立候補したことがすばらしい。」と伝えていました。また、ある先生は「やってみよう動き出したことがすばらしい。」と語りました。

2学期にがんばってほしいことの1つである「はじめてさがしをしよう」をしてくれた教員に感謝したいと思います。ありがとうございました！

【 8月30日(水)】6年生の一言

お手本となった先生が上手だと思いました。動きがスムーズで、びっくりしました。ダンスが得意であることをはじめて知りました。

「はじめてさがし」ができてますね。

【 9月 4日(月)】2年生の一言

クラスの友達が、毎日、宿題が終わった後、野球をがんばっていることをはじめて知りました。続けることができ、すごいなと思いました。