

第1学年 学年通信

8月

1学期をふりかえってみよう！

新型コロナウイルス感染症の影響で、いつもよりも遅く始まった1学期もあと数えるほどとなりました。

1学期をふりかえってみてどうだったでしょうか。思い描いていた中学校生活は送れていますか。勉強はどうでしたか。クラブに所属している人は一生懸命に活動しましたか。

様々な出来事があったと思いますが、1学期をふりかえり、2学期に向けて準備を始めましょう。

今年も酷暑！！

注意

じめじめしていた梅雨も終わりをむかえ、本格的な夏が始まりました。今年も酷暑が予想されています。体調管理には十分気を付けて熱中症などにならないように学校生活を送りましょう。

もしも、次のような症状が現れた場合は要注意！！

- ①めまいや立ちくらみ、顔のほてり
- ②筋肉痛やけいれん
- ③体のだるさ、頭痛、吐き気
- ④まっすぐ歩けない、うまくしゃべれない

このような症状が出たら、涼しいところで体を冷やし、水分を補給しましょう。ならないためには、こまめな水分補給と日々の体調管理が重要です。暑い夏を健康にのりきりましょう。