

暑い夏 健康管理は入念に!!

—3 試合の野球応援を終えて—



噴霧器にはアルコールから水を
入れ替えました



応援団の皆さん
ご協力ありがとうございました



遅くまで受験勉強している高校3年生
応援も全力です

近年、夏期の猛暑日の増加とともに熱中症患者の発生数が増加しています。今後、地球温暖化が進むと、極端に暑い日がより多く出現すると予想されており、熱中症患者はますます増えていくと考えられます。

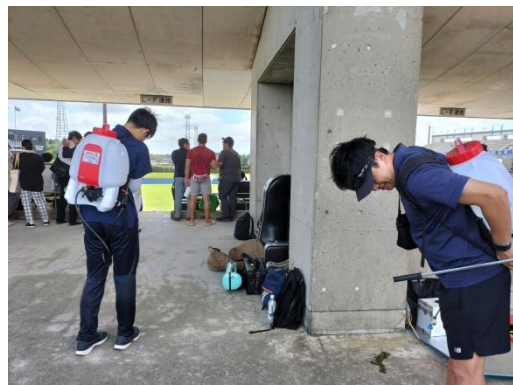
熱中症を引き起こす条件は、環境・からだ・行動によるものが考えられます。環境の要因は、気温が高い、湿度が高い、風が弱いなどがあります。からだの要因は、激しい労働や運動によって体内に著しい熱が生じること、暑い環境に体が十分に対応できないこと、体調が悪いことなどがあります。行動の要因は、激しい運動・慣れない運動、長時間の屋外作業などがあります。その結果、熱中症を引き起こす可能性があります。

予防法としては、こまめな水分補給や衣服の調整、無理をせずに体調の悪いときは特に注意することです。学校では、様々な行事の折にふれて、「体調の優れないときには無理をしない」ことを呼びかけています。これは、我々がお互いにお互いを思いやりながら学校生活を送ることです。これまでも、この思いやりの精神で新型コロナウイルスの感染対策も乗り切ってきました。

他人に無理強いをしたり、自分が我慢して頑張るすぎたりすることなく、お互いをいたわりあいながら学校生活を送っていききたいですね。そんな学校文化をつくりあげる力も皆さんに持ち合わせていると信じています。



吹奏楽部の皆さんも
お疲れさまでした



教員で編成したミストボーイ＆ガール
スタンバイ中（ひたちなか市民球場にて）



最年長ミストボーイの内田先生 ありがとう
ございました（いつも涼やかな御殿校長先生と）