



## 暑さ対策・熱中症予防

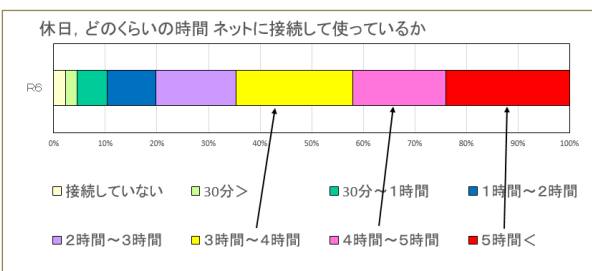
猛暑、酷暑の時期となっています。学校では、運動による熱中症の予防のため、環境省HPのリアルタイム「暑さ指数」を確認しながら、状況によっては運動中止とすることも想定して取り組んでいます。但し、暑さ指数の指標は健康な場合です。朝食抜きの栄養不足や水分不足、睡眠時間などの休養不足の場合は熱中症になりやすいといわれています。学校に送り出す際には健康状態の御確認をお願いします。



↑ 職員室のモニターで指数を表示(中央)

## 有意義な夏休みのために②

## 生徒対象「ネット・ゲームのアンケート」より



毎年この時期に「ネット・ゲームに関するアンケート」を行っています。その中の「休日のネット(スマホ, ゲームを含む)接続時間」の質問。約6割の生徒が3時間以上(2割の生徒は5時間以上)と回答しています。この状況は夏休みの過ごし方にも関わると思われます。前回お伝えした「夏休みの計画表」と合わせ、ネット利用でどのようなことにどれくらいの時間費やすのかを、生徒自身でコントロールできるようにすることが望まれます。

## 夏季休業中の大会出場 活躍を祈ります

※ 練習や式典を除き、競技や出演の日を掲載

### ◇第67回 福島県中学校体育大会

- 7月22日(月)～ ハンドボール部：石川町総合体育館
- 7月23日(火)～ バスケットボール部：あづま総合体育館 柔道部：いわき南部アリーナ  
剣道部：福島トヨタクラウンアリーナ
- 7月24日(水) ソフトテニス部：須賀川牡丹台庭球場

### ◇石川地区音楽祭 8月9日(金) 矢吹町文化センター

- 石川中学校弦楽部 (11:35) Richard Meyer 作曲「Ad Astra」
- 石川中学校特設合唱部 (13:45) 課題曲「僕らはいきものだから」 自由曲「未来へ」

### ◇第45回 東北中学校陸上競技大会 8月9日(金)～ 弘進ゴムアスリートパーク仙台

- 男子800m ○○○○さん(3) 女子1500m ○○○○さん(2) 1年男子100m ○○○○さん(1)

### ◇第51回 全国中学校陸上競技選手権大会 8月17日(土)～ 福井県営陸上競技場

- 男子800m ○○○○さん(3)

日	曜	時間割・行事等	昼	スクールバス	2学期 第1週の行事等	
15	月	海の日			8/26	月 2学期始業式 部活動なし
16	火	木①～⑥ 諸会費集金日①	給食	①16:40 ②18:45	27	火 二者相談① 諸会費① 地区英語弁論大会
17	水	火①②③⑤⑥ 諸会費集金日② 部活動なし	給食	①15:40	28	水 諸会費集金日② 二者相談②
18	木	月①～⑤、金⑥ 実力テスト(1,2年) 学年集会	給食	①16:40 ②18:45	29	木 実力テスト(3年) 二者相談③
19	金	金⑤、水⑤ 愛校作業 1学期終業式 部活動なし	給食	①13:15	30	金 激励会 二者相談④
20	土				31	土 PTA奉仕作業②
21	日	夏季休業(～8/24) ※8/25は週休日			9/1	日