

今日の給食
ごはん 焼魚
野菜ソテー
えのきのみそ汁



第703号

神町中学校 夢色通信社
令和2年8月24日

生徒集会

心を燃やし 仲間とともに全力投球

生徒会より(生徒会長:山上心)

4期(～10月2日)の目標は、「心を燃やし仲間と全力投球」です。運動会では各軍の、文化発表会では学級や学年の、新人生では部活動ごとに団結を深めて良いものを作り上げていきましょう。また行事だけではなく、委員会活動、学級での班活動や係活動なども大切に、全力で活動に取り組んでいきましょう。

- ・目安箱を設置しました。委員会への要望や学校生活で気づいたことを入れてください。
- ・文化発表会のスローガンを募集します。今週からクラス合唱の練習が可能になります。
- ・2学期の個人ごとの目標を考えてください。2学期末に振り返りをします。
- ・傘の持ち帰りに協力をお願いします。

学芸委員会より

(委員長:佐藤亮祐)

9月8日(火)～11(金)、
2分前着席クラスマッチを行います。準備をしっかりと、授業に臨めるようにしましょう。

スマイルプロジェクトより(議長:工藤結愛)

8月24日(月)から、神中友愛宣言づくりを行います。各学級で、学級目標の「友愛」の部分について、各学級や個人でできることを具体的に考えていきます。友愛に対する意識を高め、スマイルあふれる神中をつくっていきましょう。

保健委員会より(委員長:渡辺紗矢)

毎日暑い日が続いています。運動会にむけて、体育館や屋外での活動が増えるので、熱中症にかからず元気に生活できるよう、ご協力をお願いします。



1 睡眠と朝食をしっかりとること

寝不足の人や朝ごはんを食べていない人が、特に熱中症にかかりやすいというデータがあります。そこで、来週から2週間、「検温カード」に寝た時刻、起きた時刻、睡眠時間、朝ごはんの有無について記入してください。睡眠については、寝るのが12時をすぎないこと、睡眠時間は7時間以上とることをおすすめします。

2 水分補給をしっかりとすること

水か麦茶をいれた水筒を準備してください。スポーツドリンクをうすめたものでもいいです。活動する前にもしっかりと水分を補給すること、水分補給の時には必ず水分をとるということです。友達の水筒を回し飲みするようなことはやめましょう。そして、タオルを持参し汗を拭きとるようにしましょう。汗をかいたままにしておくと、体温が下がらず熱中症になりやすくなります。

皆さんが毎日書いて提出している「検温カード」が新型コロナウイルスだけでなく、熱中症予防にも大変重要なものになります。最近、忘れてくる人もみうけられますが、自分や友達の命を守るため、忘れずに書いて、提出するようにしましょう。