

紅蒼輝翠 (レインボー)

虹は単色だけでは成り立たない

明日はいよいよ体育祭です。これまで、各学年内で勝敗を競っていましたが、今年度はどの学年も4学級となったので、赤ブロック(1組集団)、青ブロック(2組集団)、黄ブロック(3組集団)、緑ブロック(4組集団)の縦割り集団でも競います。

火曜日に行われた予行練習では3年生が下級生をリードし、ブロックごとに他の学年を応援する姿が見られました。本番でも、互いの気持ちが奮い立つような、前向きな声援が飛び交ってほしいと思います。

生徒会執行部が考えた体育祭のスローガンは、各ブロックの色を象徴する漢字を並べて「レインボー」です。「虹は一つの色だけでは成り立たない」と説明がありました。広い空に各色が寄り添うようにどこまでものびる虹が、各ブロックが競い合いつつ、ブロックを超え学校全体の調和と団結を目指しているような印象を受けました。

明日はグラウンドの状態が心配されますが、昨年度の体育大会同様、力を合わせ作り上げる体育祭にしましょう。皆さんの競技、演技に期待しています。



沖田中だより

北九州市立沖田中学校
校長室通信
第2号
校長 安部朋恵

保護者の皆様へお願い

- 明日は6時30分の段階で実施の可否を判断し、延期の場合と開会時間を遅らせる場合のみ tetoru で配信します。学校への問い合わせの電話はお控えください。
- 駐車場がありませんので、自家用車での来校はご遠慮ください。
- 当日、保護者の入場開始は8時40分とします。観覧は各学年入れ替え制のため、シート等を用いての場所取りは出来ません。(他、詳しくは本日配布したプログラムの裏面でご確認ください。)

体育祭当日もそれ以降の学校生活でも暑さ対策は必要です。生徒も保護者の皆様も、暑さに慣れていないこの時期だからこそ熱中症になる危険があります。体調管理を万全にして、体育祭を乗り越え、これからやってくる夏本番に備えましょう。

熱中症予防の原則

1 環境条件を把握し、それに応じた運動、水分補給を行うこと

気温が高い、湿度が高い、風が弱い、日差しが強い、急に暑くなった日などは運動の強さや水分補給に注意

2 暑さに徐々に慣らしていくこと

体が暑さに慣れていないときは、1週間程度で徐々に慣らしていくこと

3 個人の条件に考慮すること

腹痛がある、熱っぽい、疲労がたまっているなど体調が悪い場合は無理をしない

4 服装に気をつけること

吸湿性や通気性のよい中着を着用し、直射日光は帽子で防ぐようにする

5 具合が悪くなった場合には早めに運動を中止し、必要な処置をすること

「立ちくらみ」や「筋肉のこむら返り(足などがつること)」は意識がはっきりしていても、軽度熱中症のサインかもしれないので注意する