

## 暑くなってきました。熱中症予防をしよう!

夏が近づいてきて、気温の高い日が増えてきました。6月からは衣替えとなります。学校でできる熱中症対策として衣服の調節と水分補給について各学級で確認しましょう。

### ◎衣替えについて

**6月1日より衣替えとなります。**(5月27日(月)～6月7日(金)の約2週間は、移行期間として冬用制服着用も可とします。)

- ・ 夏服は、男女ともにブレザーを脱いだ状態です。
- ・ ポロシャツは、半袖でも長袖でも構いません。
- ・ ポロシャツの時は、第1ボタンは外してもよいが、原則第2ボタンは外さない。
- ・ ポロシャツに**名札を付ける**。(朝の出席確認までに必ず付ける。)

### ○登校時の服装について

- ・ **登校する際は、原則制服登校**です。  
朝の出席確認をする際は、必ず全員制服で行って下さい。  
(もし万が一、暑さを考慮してジャージ登校になる場合は改めて連絡します。)

### ○水分補給について

- ・ 飲み物を持参する場合は必ず水筒に入れて持参すること。
- ・ ペットボトルのみでの水分補給は禁止。
- ・ 水筒には、**氏名等の記入**を忘れずにする。  
(毎年無記名の水筒の落とし物が多く出ています。)
- ・ 水筒の中身に関しては、**冷水・お茶・スポーツ飲料**です。  
(炭酸やジュース類でないものにする。)
- ・ 補充用の飲み物を持参する場合は、バッグの中に保管する。  
(補充するタイミングは、基本的に部活動の時間とする。)
- ・ 絶対に**他人の水筒を勝手に飲んだり、水筒の回し飲みをしたりしない**。  
(毎年トラブルの原因になります。補充用についても自分だけでの使用とする。)
- ・ 補充によってでたゴミは責任をもって持ち帰ること。

## 総体に向けて・・・

6月20日～22日に東茨城地区総合体育大会が開催されます。

3年生を中心に今まで必死に練習を行い、自分たちの力を伸ばそうと努力する生徒の姿が多く見られました。そんな**MINORI PRIDE**をもった生徒が、悔いなく総体を迎えるためにぜひ次のことについて考え、実践してもらいたいと思います。

- 1 常に感謝の気持ちを忘れずに！(支えてくれるチームメイト、保護者、先生など)
- 2 もう一度チーム(個人)の目標と約束事の再確認
- 3 時間と場所の有効活用(限られている時間と場所をムダにしない)
- 4 自分の責任をしっかりと果たし、チームに協力を！(**MINORI PRIDE**！)