

湯梨浜中学校だより

湯梨浜町立湯梨浜中学校 校長 武田基資（令和4年6月24日）



三智創造

熱中症警報

梅雨の季節、全国的には大雨になっている地域もあるようですが、学校周辺では梅雨らしい雨の日が少ない気がします。昨年のように、梅雨末期に大雨が降るのでしょうか。最近では湿度とともに気温も高く30℃を超える真夏日になり、今日も熱中症警報が出されています。今年の私たちの体はまだ本格的な暑さに慣れていないため、本当に注意が必要です。

実は今週の火曜から木曜にかけて、体調を崩した生徒が何人かあり、病院に救急搬送されています。熱中症の生徒だけでなく過呼吸の生徒もあります。皆様には大変ご心配をおかけしました。いずれも点滴等の処置を受けて無事に回復しています。

特に体育の授業で新体力テストのシャトルランの後に体調が悪くなる生徒が多いようです。県外の学校でシャトルランの後に大勢救急搬送されたという報道もあり、体育館の計器で気温や湿度、運動の危険度などを調べ、本人の体調も確認し、万全でなければ無理をせず見学するよう指示しています。生徒は自分では大丈夫と思うのですが、この急激な気温の上昇は、本人の予想以上に体力を奪っ

ているのかもしれません。そこで昨日は安全のため急きょ全校の部活動を中止にして下校することにしました。

また、体育の授業で見学していたのに過呼吸になった生徒が何人かあります。それも風通しのいい屋内です。友達が運動する姿を見ているだけでも苦しくなったのかもしれません。どうやら最近の気温と湿度の高さは体だけでなく気持ちにも影響を及ぼすようです。それに長引くコロナ禍での運動不足やストレスも、知らぬうちに心身に影響しているのかもしれません。

学校では教室を換気しながらエアコンを使って室温を調節し、水分補給も呼びかけていきます。各自が水分を多めに持参してください。コロナ対策の面からも友達の水筒から飲み物をもらってはいけません。タオルも個人専用です。また、朝食は品数多くしっかり食べること、期末テストの勉強は計画的にすませて睡眠はしっかりとることなど、暑さに負けない対策をとってください。ご家族も含めて、油断せず熱中症対策をとっていきましょう。

大切な交通手段

朝の生徒玄関で、一度校舎に入ったはずの生徒が自転車置き場に向かう姿を見かけます。どうやら自転車にカギをかけに行くようです。よい習慣だと思います。

実は私は高校2年生まで、自転車にカギをかけたことはありませんでした。ところがある日帰宅途中、バス停の自転車小屋に止めたはずの自転車がなくなっていたのです。今でも私の自転車は返ってきません。それ以来、必ずカギをかけるようにしています。

自転車は登下校にも遊びに行くときにも頼りになる大切な交通手段です。学校だけでなく、遊びに出たときや買い物に行ったときなど、いつでもカギをかけるようにしてください。

