

# いぬなし青葉

令和4年7月4日

第7号

校長 山下英樹

## ● 最後の大会・大きなコンクールに向けて、最高の準備を！

7月9日（土）から、中体連主催三重県中学校総合体育大会三四地区予選が始まります。多くの3年生のみなさんにとっては最後の大きな大会となります。コロナの影響で思うような練習ができなかったこともあるでしょうが、残りわずかな練習時間を大切に使い、良い準備をしてください。大会に参加するにあたって、「感謝」の気持ちをもって臨んでください。切磋琢磨してきた仲間、導いてくれた先輩、支えてくれた後輩、顧問の先生、コーチ、いつも温かく見守ってくれたお家の人、大会運営をしていただいている会場の人、そして、対戦相手…。関わってくれているすべての人に感謝の気持ちをもって、競技に臨んでください。そうすれば、今までで最高のパフォーマンスが発揮できるはず。自分たちの良さが出せるはず。精一杯、頑張ってください。

また、夏休み中に大きなコンクールや大会も予定されています。スポーツに限らず、感謝の気持ちを持って大会・コンクールに臨むことで、持てる力を出し切ることができます。丁寧に練習を積み上げていってください。

部活動名	第1試合の日時		試合会場	対戦相手
野球	10日（日）	11:00	霞ヶ浦第2球場	内部中・暁中の勝者
ソフトボール	9日（土）	9:00	大羽根球場	朝明・西朝明中合同チーム
バレーボール男子	10日（日）	12:00	楠中学校	朝明中学校
バレーボール女子	9日（土）	8:45	四日市市総合体育館	大池中学校
バスケットボール男子	10日（日）	11:10	朝日中学校	朝明中学校
バスケットボール女子	9日（土）	13:00	川越中学校	桜中学校
サッカー	9日（土）	9:30	四日市市F B場B	暁中学校
卓球男子（団体）	9日（土）	11:00	霞ヶ浦体育館	塩浜中・西朝明中の勝者
卓球女子（団体）	10日（日）	10:15	霞ヶ浦体育館	西朝明中学校
剣道男子（団体）	10日（日）	13:00	山手中学校	大池中・羽津中の勝者
剣道女子（団体）	9日（土）	13:00	山手中学校	大池中・南中の勝者
テニス男子（団体）	9日（土）	9:00	四日市テニスセンター	富田中学校
テニス女子（団体）	9日（土）	10:00	四日市テニスセンター	大池中学校
水泳男女	16日（土）	9:00	霞ヶ浦プール	
陸上男女	8月22日（月）	9:00	中央緑地陸上競技場	

### 【個人戦】

卓球男子：17日（日）楠中学校体育館  
 卓球女子：21日（木）楠中学校体育館  
 剣道男子：10日（日）山手中学校体育館  
 剣道女子：9日（土）山手中学校体育館  
 テニス男子：10日（日）四日市テニスセンター  
 テニス女子：10日（日）四日市テニスセンター  
 バドミントン男子：17日（日）川越中学校体育館

体操競技は6月26日（日）に四日市市総合体育館で県大会が行われ、本校男子生徒1名が参加しました。

### 【その他の大会・コンクール】

陸上部：全日本中学生通信陸上競技三重県大会 7月21日（木）22日（金）三重交通Gスポーツの杜伊勢  
 水泳部：三四地区水泳新人大会 8月18日（木）霞ヶ浦プール  
 水泳部：三重県中学校学年別水泳大会 8月27日（土）三重交通Gスポーツの杜鈴鹿  
 吹奏楽部：三重県吹奏楽コンクール 7月31日（日）16:14～ 三重県文化会館大ホール  
 合唱部：NHK全国学校音楽コンクール三重県コンクール 8月3日（水）亀山市文化会館  
 理科部：科学の甲子園ジュニア三重県大会地区予選大会 8月23日（火）四日市庁舎

**応援について** 感染症対策のため、三四地区予選の応援は、3年生の保護者及び試合に参加する1・2年生の保護者のみ等、制限があります。6月21日配付の「中体連三四地区大会 保護者の応援及び観戦について」のプリントに従って、応援、観戦のほど、よろしくお願ひします。詳細は顧問に確認してください。

## ● 熱中症にならないために… 熱中症は予防できます

35度を超える暑い日が増えてきました。学校では、次のような熱中症対策を行っています。

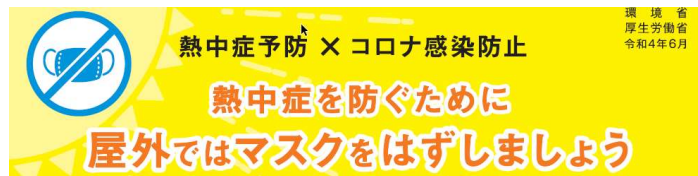
- 朝8時頃からエアコンを作動させ、登校時には、すでに教室を冷やしておく。
- ミスト発生器を昇降口、グラウンド北西端、体育館前、プールに設置し、登校時や体育の授業、部活動の時に活用し、涼をとれるようにする。必要に応じて、グラウンドのスプリンクラーを稼働させる。
- 体操服のシャツを出して良いこととし、通気性を良くし、活動しやすくする。
- 体育館、武道場には扇風機を設置し、必要に応じて使用する。
- グラウンドにテントを設置し、体育や部活動の休憩時に、日陰で休めるようにする。

熱中症は予防できます。みなさんの意識や習慣で熱中症を防ぎましょう。

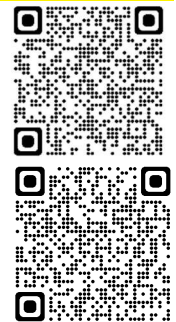
- 「こまめな水分補給」が大切です。のどが渇いていなくても、コップ一杯程度の水分を飲むようにしましょう。大量に汗をかいたときは、塩分やミネラル分の補給も大切です、(スポーツ飲料や麦茶が有効です)
- 「暑さに備えた体作り」も大切です。睡眠や栄養を十分とり、規則正しい生活を心がけましょう。朝食を食べずに登校すると、体調を崩しやすいです。必ず食べてくるようにしましょう。また、体調が悪いとき、調子が悪くなってきたときは、決して無理をせず、休養するようにしましょう。
- マスクを着用していると口から熱が逃げにくくなるので、熱中症になりやすいといわれています。屋外の活動(登下校や体育の時間、運動部活動の時間など)や息苦しいときは、マスクを外すようにしましょう。

## ■■ 保護者の皆様へ ■■ コロナ対策と熱中症対策

学校では、感染症対策としてマスクの着用を呼び掛けていますが、夏場は熱中症防止の観点から、屋外でマスクの必要のない場面ではマスクをはずす指導をしています。また、息苦しさを感じた時にも、マスクをはずすように指導しています。



感染症対策も大切ですが、熱中症は重症化すると命の危険につながる症例も多数ありますので、夏場は熱中症予防に重点を置き、指導していきます。しかしながら、長い期間のマスク生活により、マスクをはずすことに戸惑いがある生徒も多く、指導の難しさを感じています。6月後半は登下校時、体育時にマスクをはずしていない生徒も多かったですが、繰り返し指導することで、近ごろは体育の時間、部活動の時間は、ほぼ全員の生徒がマスクをはずすようになりました。しかし、登下校時においてはマスクを着用している生徒がたくさんいます。これからますます暑くなっていく時期ですので、心配をしています。ご家庭でも、「登下校時」「体育や運動部活動時」等には、会話を控え、積極的にマスクを外すよう、お話ください。



右上の画像は6月後半に厚生労働省が作成したリーフレット(QRコード上:6月24日配付)の一部です。そのリーフレットや三重県知事のメッセージ(QRコード下:7月1日配付)を使って、熱中症予防について、全クラスで指導しました。一度ご覧いただき、ご家庭でも熱中症の予防についてお話しいただければ幸いです。

## ■■ 保護者の皆様へ ■■ 三者懇談会、よろしくお願ひします

7月12日(火)~14日(木)の3日間、三者懇談会を実施します。懇談は10分程度と限られた時間ですが、お子さまの成長につながる大切な時間となるよう、現在準備を進めております。懇談会では、お子様の1学期の学習および生活状況等をお伝えするとともに、夏休みに各ご家庭でご協力いただきたいことなどをお願いさせていただきます。なお、普段の学校生活または夏休み中の生活等でご相談されたい内容が生じた場合は、懇談会に限らず、遠慮なく学級担任等にご連絡ください。

●●不審な人に出会ったら…●● 6月後半、校区内で「不審な人に声をかけられた」という事案がありました。万が一、不審な人に出会ったときは、身の安全を確保するために、近くの大人、お家やお店等に助けを求めるようにしてください。そして、できるだけ早く警察に連絡をしてください。早く連絡をすることで、不審者の特定がされやすくなります。

●●お知らせ●● 三重県視聴覚障害者支援センター主催の「令和4年度 夏休み小中学生盲導犬学習会」の案内が学校に届きました。興味がある人は、右のQRコードから申し込んでください。

