

茨木市立平田中学校 6 月 カレンダー（変更があることがあります。）

日	月	火	水	木	金	土
5月27日	5月28日 給食 ○ 3年修学旅行1日目 1・2年のみ	5月29日 給食 × 3年修学旅行2日目 1・2年校外学習	5月30日 給食 ○ 3年修学旅行3日目 1・2年のみ	5月31日 給食 ○ 3年3限登校・午前中授業 1・2年は普通授業 1・2年のみ	1 給食 ○	2
3	4 給食 ○ 集会、月2～5、1 教育実習開始	5 給食 ○ 6限小中交流参観	6 給食 ○ 歯科検診① 補充は木5	7 給食 ○ 歯科検診②	8 給食 ○ 避難訓練	9 × 土曜参観（月4・5） PTA総会 教科説明会
10	11 給食 ○ 土曜参観代休	12 給食 ○ 眼科検診	13 給食 ○ 水1～4・道徳 校内授業研究会	14 給食 ○	15 給食 ○	16
17	18 給食 ○	19 給食 ○	20 給食 ○ 3年チャレンジテスト 補充は金2 5時間授業	21 給食 ○	22 給食 ○	23
24	25 給食 ○	26 給食 ○	27 給食 × 期末テスト	28 給食 × 期末テスト	29 給食 × 期末テスト	30 PTA運営委員会

7 月以降の主な予定

7/3 （火） 3年実力テスト
 7/6 （金） 地区懇談会
 7/11 （水）～18（水）三者懇談
 7/20（金） 大掃除 終業式
 8/27（月） 始業式



熱中症予防のための3つの心得

- ◆「無理は禁物」
- ◆「渴く前に飲む」
- ◆「早めに判断」



熱中症に気をつけよう！

「無理は禁物」の意味

⇒ 熱中症の発症は環境条件のみならず、体力や体格、体調、暑さへの馴れの程度等個人（主体）に関する条件に左右されるので、たとえ気温や湿度がそれほど高くない場合でも決して無理をしてはいけないという意味。

「渴く前に飲む」の意味

⇒ 体重の3%の水分が失われると運動能力や体温調節能力が低下するので、渴いたと感じる前からこまめに水分（塩分）を摂ることが重要という意味。（水分の補給には、0.1～0.2%程度の食塩水やスポーツドリンクが適当）

「早めに判断」の意味

⇒ 熱中症は、急速に進行し重症化する病態なので、少しでも兆候があればすぐに判断して対処することが必要という意味。