



『浜玉中三訓』 時間 掃除 あいさつ 《時を守り 場を清め 礼をつくす》
《学校教育目標》 『豊かな心で、未来を切り拓く生徒の育成』
《めざす生徒像》 持続可能な社会の創り手となる生徒

◆ 唐津地区中体連夏季総体のお知らせ ◆

7月5日(土)に開催される唐津地区中体連夏季総体の日程をお知らせします。バレーボール部、サッカー部、野球部、男女バスケット部、男女ソフトテニス部(個人戦)が出場します。

🏐 バレーボール	第1試合	9:04以降	玄海町社会体育館
⚽ サッカー	第1試合	10:00	鬼塚中学校
⚾ 軟式野球	第2試合	10:30	SHOWAハンバーガースタジアム唐津
🏀 バスケットボール	男子 第2試合	10:20	唐津市文化体育館
	女子 第1試合	9:00	唐津市文化体育館
🎾 ソフトテニス	男女個人戦	8:30以降	松浦河畔公園庭球場

◆ 体育授業・部活動熱中症対策について ◆

今年、梅雨明けが異常に早かったことから、今後、猛烈な暑さが続くことが予想されます。一昨日(7月1日)、はなまる連絡帳でお知らせした、浜玉中学校におけるWBGT(暑さ指数)の活用について、改めてお知らせします。

《WBGT3以上の場合》

- ・その時間帯、その場所では活動しない。部活動時は、待機もしくは部活動中止とし下校。
- ・下回れば活動を再開しても良い。

《WBGT3未満の場合》

- ・こまめに休憩(給水)時間を確保する。
- ※ 目安として活動30分につき休憩(給水)
※ 練習場所近くに冷房の効いた部屋を確保し休憩時間や下校前に活用します

また、過日(6月16日)、本校生徒指導部からお知らせした「熱中症予防(暑さ対策)について」も合わせてご確認ください(学校ホームページに掲載しています)。

特に、水分補給用に水分を持参させてください。なお、経口補水液の飲用については、消費者庁ホームページに下記のように注意喚起されています。

経口補水液は、国が許可した病者用の「特別用途食品」で、脱水時に素早く水分を吸収するための配合となっています。

そのため、一般的なスポーツドリンク等の清涼飲料水よりもナトリウムやカリウムの量が多く、糖質も含まれているため、日常的に水分補給として使用は健康を害するおそれがあります。

■先日、道の駅で「レッドビーシュリンプ」を買った ■ヌマエビの一種で体調2cm程の白赤の小エビ ■ここ数年、自宅に飼っているヌマエビのお友達として水槽に入れた ■ヌマエビの餌は水槽の壁面にできる苔 ■老廃物も少ないので、水換えもなし ■2週間に1回ほど水道水を補充するだけという手軽さが嬉しい🐞(イタル)