



令和7年6月26日（木）

東彼杵中だより

文責：校長 正尾 敏

第12号

夏休み期間中の部活動練習時間の変更について

年々、夏の気温が上昇し、毎年熱中症で病院に運ばれるといった事案が全国で多く聞かれるようになりました。国および県は部活動ガイドラインにおいて「熱中症指数31」を超えた場合は、野外及び室内の部活動は中止するよう、学校に求めています。

昨年度の熱中症係数のデータを調べたところ、夏休み期間中はほぼ毎日11時30分以降は熱中症指数は31を超えています。特に7/31～8/2の3日間は11時の時点で31を超えていました。

そこで、生徒を熱中症の危険から守るために、本年度より夏休み期間中の部活動練習時間を8:00～11:00までとし、帰りのスクールバスの発車時間を11:20と致します。また、顧問全員に熱中症指数計測器（下図）を携帯させ、指数が31を超えたら、練習を中断させます。何よりも優先しなければならないのは、子どもたちの命です。保護者の皆様のご理解をよろしくお願いいたします。

それに伴い、駅伝練習時間を7:00～8:30に設定します。遠方の選手のご家庭には朝、学校まで送っていただくことをお願いすることになりますが、可能な範囲でよろしくお願いいたします。



熱中症指数計測器「見守るくん」

気温 (参考)	WBGT 温度	熱中症予防運動指針
35℃以上	31℃以上	運動は原則中止 WBGT31℃以上では、特別の場合以外は運動を中止する。 特に子どもの場合は中止すべき。
31～35℃	28～31℃	厳重警戒 (激しい運動は中止) WBGT28℃以上では、熱中症の危険性が高いため、激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。 運動する場合には、頻りに休息をとり水分・塩分の補給を行う。 体力の低い人、暑さに慣れていない人は運動中止。
28～31℃	25～28℃	警戒 (積極的に休息) WBGT25℃以上では、熱中症の危険が増すので、積極的に休息をとり適宜、水分・塩分を補給する。 激しい運動では、30分おきくらいに休息をとる。
24～28℃	21～25℃	注意 (積極的に水分補給) WBGT21℃以上では、熱中症による死亡事故が発生する可能性がある。 熱中症の兆候に注意するとともに、運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。
24℃未満	21℃未満	ほぼ安全 (適宜水分補給) WBGT21℃未満では、通常は熱中症の危険は小さいが、適宜水分・塩分の補給が必要である。 市民マラソンなどではこの条件でも熱中症が発生するので注意。

長崎っ子の心を見つめる教育週間の取組の紹介

23日（月）より、東彼杵中学校における「長崎っ子の心を見つめる教育週間」がスタートしました。23日の全校朝会では、校長より「命の講話」を行い、県内の全小中学校でこの取り組みが始まった経緯と自分そして他人の命の大切さについて話をさせていただきました。その中では小学校4年生の詩を朗読し、全校生徒の皆さんにかけがえのない命の大切さについて考えてもらいました。

また、24日（火）の6校時には臨床心理士の法澤直子さんを講師として招き「みんな違って大変だ～人付き合いのコツを教えます～」という演題で、上手な他人との付き合い方についてワークショップ形式で講演をしていただきました。

25日（水）の5校時には、岩永医院の岩永先生をお招きし、「医療人材確保の取組」として、中学3年生を対象に、医療職への関心を高める講演をしていただきました。現在、東彼杵町においては医師の先生方の高齢化が進み、医療の後継者が不足していることや医師の仕事の内容や魅力、やりがい、そして後半は医師になるためには、どのような進路を選び、どのような学習をすればよいのかを自身の経験談を交えて話をさせていただきました。今回の話を聴いて、一人でも医療に携わってみたいという生徒が現れることを期待しています。



交通事故に注意

6月～7月が小中学生の交通事故が一番多い時期であります。梅雨時は傘をさして登下校することが多く、前方不注意での事故につながっています。ご家庭でも、交通事故に注意するよう声掛けをお願いします。

東彼杵中 学校教育目標

ふるさと東彼杵を誇りに思い、たくましく
生きる力をもった生徒の育成