

熱中症予防教室の実施

○5月21日（金）に二戸市国保予防課の管理栄養士を講師として招聘し、各部活動の部長、3年生の保健委員、教職員等を対象に熱中症予防教室を開催しました。

○効果的な水分補給や栄養摂取を中心に、熱中症を予防するための要点等を学ぶことができました。

○生徒の感想等（抜粋）

○熱中症の対処方法等も教えていただいたので、部員内で共有し、熱中症になるリスクを低くしていきたいです。

○自分だけでなく周りの人にも教え、しっかり熱中症予防をしていきたいと思えます。

○日々の生活習慣をしっかりすることが大切だということを学びました。

○学んだことを生かして、楽しく安全な夏にしたいです。

