

高岡中学校だより



第35号 令和4年6月27日発行
金沢市立高岡中学校
TEL291-3177 FAX291-3176
学校ホームページURL
<http://cms.kanazawa-city.ed.jp/takaoka-j/>

*学校便り作成にあたり、生徒の文章や写真を使用する場合があります。高岡中学校個人情報取扱規程を遵守しておりますが、お気づきの点がありましたら学校までご連絡ください。

学校E-mail (右のQRコードより)
takaoka-j@kanazawa-city.ed.jp
休業日の連絡は上のアドレスへ



明日、1学期期末テストを実施します！ ～今年度2回目の定期テストです。準備は大丈夫ですか？～

いよいよ1学期の期末テスト前日となりました。テスト勉強を振り返り、「やり残し」はないか確認しましょう。特に、理科の学習コンテスト課題の見直しは必須です。さらに筆記用具などの準備も確認してみましょう。1年生にとっては2回目の定期テストです。中間テストの前日のような緊張感はないかもしれませんが、中学校でのテストは小学校と比べると、成績への重みも違います。良い意味での緊張感を持ち、明日を迎えるようにしてみましょう。当日は、教室にエアコンが入ることも想定した服装などの準備をしてください。



水分補給なしで、汗をかく運動は大変危険です！ ～水分(水筒)を持参し、喉が渇いていなくても休み時間に水分補給をしよう～

最高気温が30℃を上回る日が続いています。まだ体が熱さに慣れていないこともあり、体育の授業の後などでの「熱中症の初期症状」ともとれる生徒が少なくありません。熱中症を完璧に防ぐ方法はありませんが、次の3つの対策は、絶対に実施して学校生活に臨んでください。登校時から症状のみられる人もいます。気をつけよう。



熱中症にならない3つの方法

1. 睡眠と食事(特に朝食)を規則正しく取る。
2. 水筒を持参し、休み時間に、少しずつでも水分補給する。
汗をかいた後の水分補給は、絶対に必要です。
3. 運動の際は、マスクは必ず外す。(外せない理由がある場合は先生に言う)



運動中の頭痛、吐き気やめまい、そして手のしびれ等は危険のシグナルです。絶対に我慢せず先生に申し出た上で、体を休める行動を取りましょう。

誰かに伝えることは絶対に大切！1人での行動にならないように心がけよう！



いよいよ、石川県中学校体育大会が始まりました！ ～トップを切って、土、日曜日に陸上競技が実施されました～

25日(土)と26日(日)の2日間、陸上競技の県大会が西部緑地公園陸上競技場にて開催されました。暑い中での大会となりましたが、高岡中の選手達は精一杯頑張ってくれました。お疲れ様でした。

(写真は、男子3000m決勝の様子です)

その他の競技は、7月16日(土)から開催される予定です。出場する選手の皆さんの健闘を期待しています。特に3年生は最後の機会と考え、暑さに負けず、精一杯取り組んでください。明日の期末テストが終わると水曜日から部活動が再開となります。応援しています。



石川県中学校体育大会 陸上競技
男子3000m 決勝 第7位 金子 聡太(3の1)

今日から、朝の新型コロナ健康観察表提出は教室で提出です ～健康観察表は以前のままです。毎朝の検温と健康観察を継続してください～

今週から、朝の健康観察表の提出を各教室としています。少し戸惑ったところもあるかもしれませんが、よろしくお祈いします。大切なのは、登校している皆さんが健康であるか？ということです。今後、再びコロナの感染者が増加する可能性はなしとはいえません。朝のちょっとした行動ですが、重要なことと考えています。しっかりと取り組んでいきましょう。ご家庭でのご協力もあわせてよろしくお願いいたします。

マスクの着用は場を考え、適切に！

次の場面では、お互いに近距離での会話をしないように心がけ、マスクを外すようにしましょう。授業中に息苦しくなったら、マスクを外し、静かに呼吸を整えよう。

○登下校の途中 ○体育の授業(実技) ○運動部活動の練習場面

今日から、学校電話の対応は19時までに変更となりました ～19時以降は、翌朝の7時30まで自動音声応答装置となります～

今日から、学校の電話が自動音声応答装置に切り替わる時間が19時ちょうどとなりました。これまでより30分早くなりました。間違いのないようお願いいたします。翌日の朝は、これまで通り7時30分より電話対応を開始します。



Chromebookの持ち帰りが始まりました。いかがでしたか？ ～個人の端末との違いを認識し、用途を区別できるようになりましょう～

chromebookの週末持ち帰りが始まりました。いかがでしたか？先週の金曜日には、終礼時に野坂先生より諸注意を含む話がありました。学習道具として適切な使用ができるよう皆さん自身が成長していくことを期待しています。来週の週末も持ち帰りを予定しています。「必ず使用する」必要もありませんが、調べ学習などの時に、皆さんの学習をサポートしてくれる存在になるといいですね。今週末も持ち帰りを予定しています。さらに夏休み中も積極的な活用を行っていく予定です。