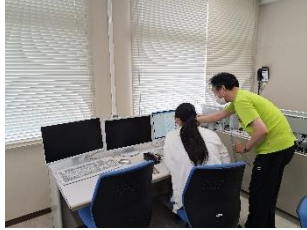


南紀通信

2024年7月10日(水) No.13
和歌山県立南紀高等学校通信制課程
TEL0739-22-3776 FAX0739-26-0792

**7月7日(日) I型SCの風景****就職・進学校内共通テストを実施****☆7月14日(日) II型SC(スクーリング)予定****【田辺学級】**

8:55 ~ 9:00 SHR
9:00 ~ 9:50 総探
10:00 ~ 10:50 理科
11:00 ~ 11:50 体育

～ 昼休憩 ～

12:40 ~ 13:30 家庭/体育

13:40 ~ 14:30 英語

○個人スクーリング

社会・数学・国語・理科・保健・家庭・英語・音美

【新宮学級】

8:55 ~ 9:00 SHR
9:00 ~ 9:50 総探
10:00 ~ 10:50 理科
11:00 ~ 11:50 体育

～ 昼休憩 ～

12:40 ~ 13:30 家庭

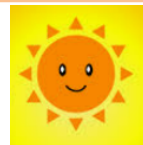
13:40 ~ 14:30 英語

○個人スクーリング

数学・情報・国語・総探

熱中症対策

＼ 予防が大切 ＼



熱中症は気温が高いなどの環境下で、体内に熱がこもってしまうことで起こります。そうなる前に予防することが大切です。たとえば、暑さを避ける、外出や屋外での運動及び長時間の作業をやめる、こまめに水分・塩分の補給をするといった熱中症予防行動をとりましょう。

また、2021年からは、熱中症の危険が極めて高いと予測された地域に“熱中症警戒アラート”が運用されているため、そういった情報を踏まえて熱中症予防を心がけましょう。

※体育のスクーリングに参加する場合は、特に前日からの食事・睡眠・水分補給に努めて、当日もスポーツドリンク等を持参するようにしてください。