

熱中症予防について学びました

■ 6月8日(月)、1年生の家庭科の授業において、二戸市健康福祉企画課の管理栄養士である増田楓さんを講師にお迎えし、熱中症予防教室を実施しました。

○講話では、「熱中症の基礎知識」をはじめ、「熱中症を防ぐための適切な水分補給の仕方」や「暑さに負けない食事」などについて、分かりやすく丁寧に説明していただきました。

○生徒たちは、これから迎える暑い季節を健康に過ごすために大切なことを学び、熱中症予防への意識を高めるよい機会となりました。

