

熱中症予防教室

○5月26日(月)に、二戸市健康福祉企画課の管理栄養士である増田楓氏を講師にお招きし、1学年を対象とした栄養講話を実施しました。

○講話では、「熱中症の基礎知識」や「熱中症を防ぐための水分補給の仕方」「暑さに負けない食事」などについて、丁寧に分かりやすく説明いただきました。また、1年生全員に、「二戸市健康づくり都市宣言」の資料とマスク5枚が配られました。ありがとうございました！

