

暑い熱い厚い篤い夏休みも

あと5日になりました。

8月27日（木）

連日猛暑の日が続いていますが、朝夕に吹く風や空の色に少し秋の気配を感じるようになってきました。41日間の夏休みもあと5日となりました。今は、夏休みの課題の仕上げや9月2日・3日に行われる課題テストの準備に大忙しの毎日だと思います。始業式に全員が元気に登校してくれることを楽しみにしています。感染症等が流行していますが、朝決まった時間に起きて登校することに早く戻して2学期も頑張って生活しましょう。私たち教職員も生徒の些細な変化に気づき、早い対応を行うよう共通理解をしていきます。2学期もお世話になりますがよろしくお願いいたします。

8月23日（日）は二十四節気の一つ「処暑」となります。「処暑」とは暑さが終わるという意味です。まだ昼間は暑い日が続きますが、朝夕は涼しい風が吹き渡ったり、気持ちのよい時期とされていますが、近年は残暑も長く、9月19日（土）体育祭の頃まで暑い日が続きそうです。朝夕は少し秋らしくなってきたというものの、日中はまだまだ暑い日が続きますので、引き続き「熱中症」にはもうしばらく注意が必要です。「熱中症＝夏場」と考えがちですが、最近では30℃に満たない気温でも熱中症で倒れる若者が増加しているようです。幼少期にしっかりと汗をかかなかった人は、「クールビズ」などで推奨される室温28度程度でも「熱中症」を引き起こす危険性があり、かつ重症化しやすいということです。そんな「熱中症体質」が10～20代の若者を中心に増えていると専門家が注意とセルフチェックを呼びかけています。汗は人間の体温調節には欠かせない機能で、全身の表面にある「エクリン汗腺」と呼ばれる汗腺から分泌します。汗腺は胎児期に発生するが、すべてが汗を分泌するのではなく、汗かく能力（備えた汗腺）を「運動汗腺」、汗を分泌しない汗腺を「休眠汗腺」と呼びます。