

学習教室ステップ 7月の予定

■ 7月の開講予定表	7/4(土)	7/11(土)	7/18(土)	7/25(土)
カリオンビル (13:30~16:30)				
ミナクル 2階 (13:30~16:30)	—		—	
豊校区市民館 (13:30~16:30)		—		—
視聴覚教育センター (13:00~16:00)	—		—	

■ コーディネーター 相談	7/4(土)	7/11(土)	7/18(土)	7/25(土)
カリオンビル (13:30~16:30)				
ミナクル 2階 (13:30~16:30)	—	—	—	—
豊校区市民館 (13:30~16:30)		—		—
視聴覚教育センター (13:00~16:00)	—	—	—	—

次ページに大切なお知らせがあります



熱中症に気を付けましょう！

最近、日差しが強くなり、暑くなる日が多くなってきましたが、皆さんは熱中症対策ができていますか？

自分は大丈夫と思っていても、知らないうちに熱中症のリスクは高まっています。みんなが安心してステップに通えるように、以下のことを守って夏の間は熱中症対策をしっかり行いましょう！



① こまめに水分補給しよう！

「のどが乾いていなくても、水分をとる」ことが大事です。水筒に冷たい飲み物を入れてきて、勉強する前後や勉強の最中にもしっかりと水分補給しましょう。



② 体調が悪いときはすぐに知らせよう！

「なんだか気分が悪い」「ぼーっとする」「頭が痛い」など、少しでも気になることがあれば、講師の先生や職員にすぐ伝えましょう。



③ 涼しい服装で来よう！

暑い日は、軽くて通気性のよい服を着ると快適です。帽子をかぶって日差しを防ぐのも熱中症対策になります。