No.113

令和８年９月号

学習教室ステップ　９月の予定

■９月の開講予定表	9／5（土）	9／12(土)	9／19(土)	9／26(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	9／5（土）	9／12(土)	9／19(土)	9／26(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

No.113

令和８年９月号

熱中症に気を付けましょう！

皆さん、まだまだ暑い日が続いていますが、熱中症対策はできていますか？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。