



7月の目標 1学期の反省をし、夏休みの計画を立てよう

身体に大切な水のお話

水はいったいどこからやってくるのでしょうか。蛇口をひねるとどんどん出てくる水は、無くなることはないのでしょうか。水は旅をしています。その旅はずっと昔から、人が生まれる前から続いています。45億年前と言われています。地球の表面の約70%は水です。しかし、そのほとんどが海水です。人や動物が飲める水はほんのわずかです。太陽が海水を温めると、水は蒸発します。蒸発した水は冷やされて雲になり、そして雨となって降ってきます。一度地面に落ちた水は、都会のコンクリートを除くと土の中にしみこみます。その水がわき出て、川となり、海に注ぎます。また、皆さんの体の4分の3は水分と言われています。

飲んだ水は、体の中で栄養分を溶かし体中に運びます。いらなくなった水はおしっこになったり、汗になったりして体から出ていきます。そして、機械で水をきれいにして、海に流します。このように、どんな水もずっと昔から水は旅をしているのです。もしかすると皆さんが飲んだ水は、100万年前の恐竜の飲んだ水と同じかもしれません。もしかすると、江戸時代のお侍さんの飲んだ水かもしれません。そう考えるととても夢が広がります。

私たちはお腹がすいても一週間ぐらいはがまんでできます。しかし、水がないと36時間ぐらい、1日半しかもたないと言われています。つまり命を失ってしまうそうです。ほっておくとどんどん蒸発して無くなってしまうのが水です。普段から命の水を大切にできる皆さんであってほしいと思います。



<お知らせ>

水筒の中身は、水かお茶。運動会練習期間中は、スポーツドリンク可です。

運動会は9月24日(土)実施予定です。

マスクの着用について(基本的にマスク着用ですが、次の場合はマスクの着用は必要としません)

①十分な身体的距離が確保できるとき、②気温・湿度や暑さ指数(WBGT)が高い日など熱中症等の健康被害が発生するおそれがあるとき(登下校中を含む)、③暑さで息苦しいと感じたとき、④体育の授業や部活動等で体を動かすとき。御理解と御協力の程よろしく願いいたします。

3つの密、絶対避けてください！ 密閉(みっぺい)・密集(みっしゅう)・密接(みっせつ)