

ほげんだより 9月

令和5年9月1日 小川南小学校 保健室

夏休みが明け、久しぶりに校舎にみなさんの元気な声が響いています。それぞれ、充実した夏休みを過ごせたようですね。さて、9月23日は秋分の日。太陽が真東から昇り、真西に沈む1日で、この日を境に少しずつ夜が長くなっていきます。スポーツの秋、読書の秋、食欲の秋など「秋」の楽しみはさまざま。いろいろな「秋」を楽しむためにも、まずは生活リズムを学校モードに切り替えましょう!

生活リズムを
学校モードに
戻そう!



9月の予定

☆4月からどのくらい体が大きくなったかを調べます。
髪が長い人は、耳の後ろで結ぶか、下ろしてきてくださいね!
☆歯と口の健康や安全に生活するための学習をします。

日にち	時間	学年	内容
9月4日(月)	1時間目~	5・6年生	発育測定(身長・体重測定)
9月5日(火)	1時間目~	3・4年生	発育測定(身長・体重測定)
9月6日(水)	2時間目	全学年	避難訓練(不審者)
9月7日(木)	1時間目~	1・2年生	発育測定(身長・体重測定)
9月19日(火)	2時間目	1年1組	「安全なのはどっち?」
9月21日(木)	2時間目	1年2組	「安全なのはどっち?」

もしも今日、災害が起きたら・・・あなたはどのよう行動する?



災害はいつどこで起こるか予測できません。だからこそ、普段からもしもの時に備えて準備しておくことが大切です。家族で避難場所や約束事などについて、普段から話し合っておきましょう。

また、非常袋(最低3日分)の中身を時々点検することも大切です。

大雨で命の危険が! 避難するときの注意点

長袖、長ズボンなど、動きやすい服装にする

レインコートなどを着る

頭を守るためにヘルメットをかぶる

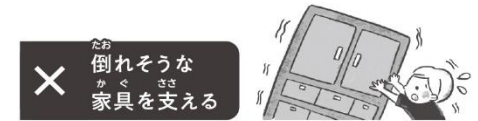
大人と一緒に行動する

水がひざの上以上にあふれているときは、外に出ない



地域の避難場所は家族であらかじめ確認しておきましょう。

もしも地震が起きたら...



災害に関する知識をクイズで楽しく学べるサイトを紹介します。「NHK「もしも」に備える防災知識 地震だ!どうするどーもくん」で、あなたの防災知識をチェックしてみよう!

このQRコードからアクセスできます。