

# 保健だより 9月

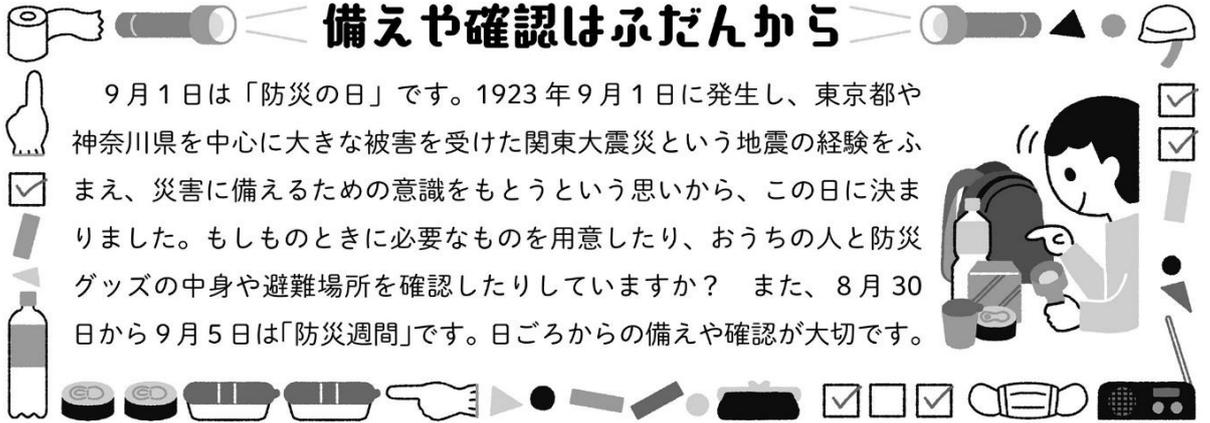
令和6年9月  
西中学校  
保健室 NO.6

長い夏休みが終わり、2学期のスタートです。生活リズムはくずれていませんか？2学期は、体育祭、合唱コンクール、新人戦など大きな行事もたくさんひかえています。生徒の皆さんは、早めに生活リズムを学校モードに戻し、元気いっぱいみんなで団結して、すてきな思い出を作りましょう。  
今年も暑さが長引くと予想されています。熱中症にも引き続き注意してください。

9月1日 防災の日

## 備えや確認は承たんから

9月1日は「防災の日」です。1923年9月1日に発生し、東京都や神奈川県を中心に大きな被害を受けた関東大震災という地震の経験をふまえ、災害に備えるための意識をもとうという思いから、この日に決まりました。もしものときに必要なものを用意したり、おうちの人と防災グッズの中身や避難場所を確認したりしていますか？ また、8月30日から9月5日は「防災週間」です。日ごろからの備えや確認が大切です。



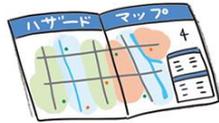
## 避難場所 知ってる？



いざという時のために  
家族で集合場所を  
決めておきましょう



## 防災の日 知ってる？



## ハザードマップ

「ハザードマップ」という言葉を知っていますか？

「ハザードマップ」とは、台風や地震など自然災害による被害を軽減したり、防災対策に役立てたりするために、被災想定区域や避難場所・避難経路などを表示した地図です。

## 備えておこう！



たとえば、台風や大雨の影響で川が氾濫したり、浸水したりする恐れがある地域では、水害のリスクや避難場所などの情報が載っています。そのほか、土砂崩れや津波などのハザードマップには、注意すべき場所や避難経路などの情報があります。

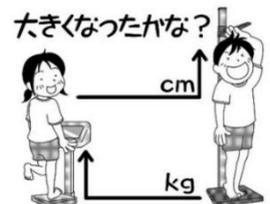
「天災は忘れたころにやってくる」という言葉もあります。いざというとき、冷静に行動できるように、自治体のホームページや広報などで、自分の住む地域のハザードマップを確認しておきましょう。



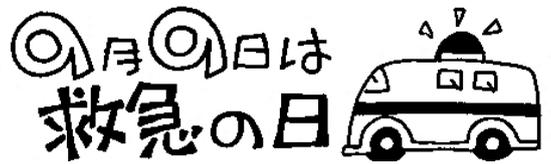
## ～ 2学期の 身体測定 を実施します ～

3年生・・・9/2(月) 2年生・・・9/4(火) 1年生・・・9/5(水)

身長・体重、バランスよく成長できているでしょうか？  
近日中に成長の記録を配付します。ご家族でご確認いただき、成長を楽しんでいただけたらと思います。  
1年生は、色覚検査も実施します。(9月・10月で実施)



【<sup>がっこう</sup>学校、よく行く場所…<sup>い</sup>**AED**<sup>はどこにある？</sup>】



9月9日は「救急の日」。さて、学校のAEDがどこにあるか、みなさんは覚えていますか？  
忘れてしまった人はぜひ、自分で学校の中を歩いて、見つけてください。そして、どうしてそこにあるのかも考えてみてくださいね！



学校以外にも、駅や空港、デパート、ショッピングモール、プール、体育館、野球場、サッカー場、陸上競技場などには、ほぼAEDがあります。行ったときに探してみましよう。

事故や災害はいつ、どこでも起こります。あなた自身はもちろん、おうちの人やきょうだい、友だち…いっしょにすごしていて、とつぜんにけがをしたり病気になるたり、ということも。そのときに、



AEDがどこにあるかを知っていれば、自分で取りに行ったり、まわりの大人に教えたりすることで、『いのち』を助けられるかも。いつか自分も使うかもしれないものとして、よく行く場所についても、調べて覚えておくようにしてほしいと思います。

**西中のAED設置場所**

- ☆体育館外ろうか (外)
- ☆保健室前ろうか (内)

**2カ所あります。**

**AEDのある場所をおぼえておこう！**



保健室へ行く前に

**できることはないかな？**

