

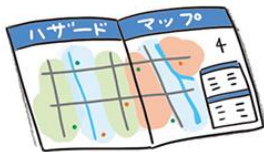
# ほけんだより 9月

今治東中等教育学校 保健室 令和6年9月発行

夏休みが終わり、2学期が始まりました。生活リズムは不規則になっていませんか？  
2学期は、運動会や文化祭、修学旅行などさまざまな学校行事が行われます。体調を万全にして臨めるよう、生活リズムを整えていきましょう。  
また、9月1日は「防災の日」です。この夏は、改めて防災について考える機会が多かったのではないのでしょうか。正しい知識や情報をうまく活用し、自分自身や地域の安全を守れるよう行動していきたいですね。

**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。

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。



## 備えや確認はふだんから

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て、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。

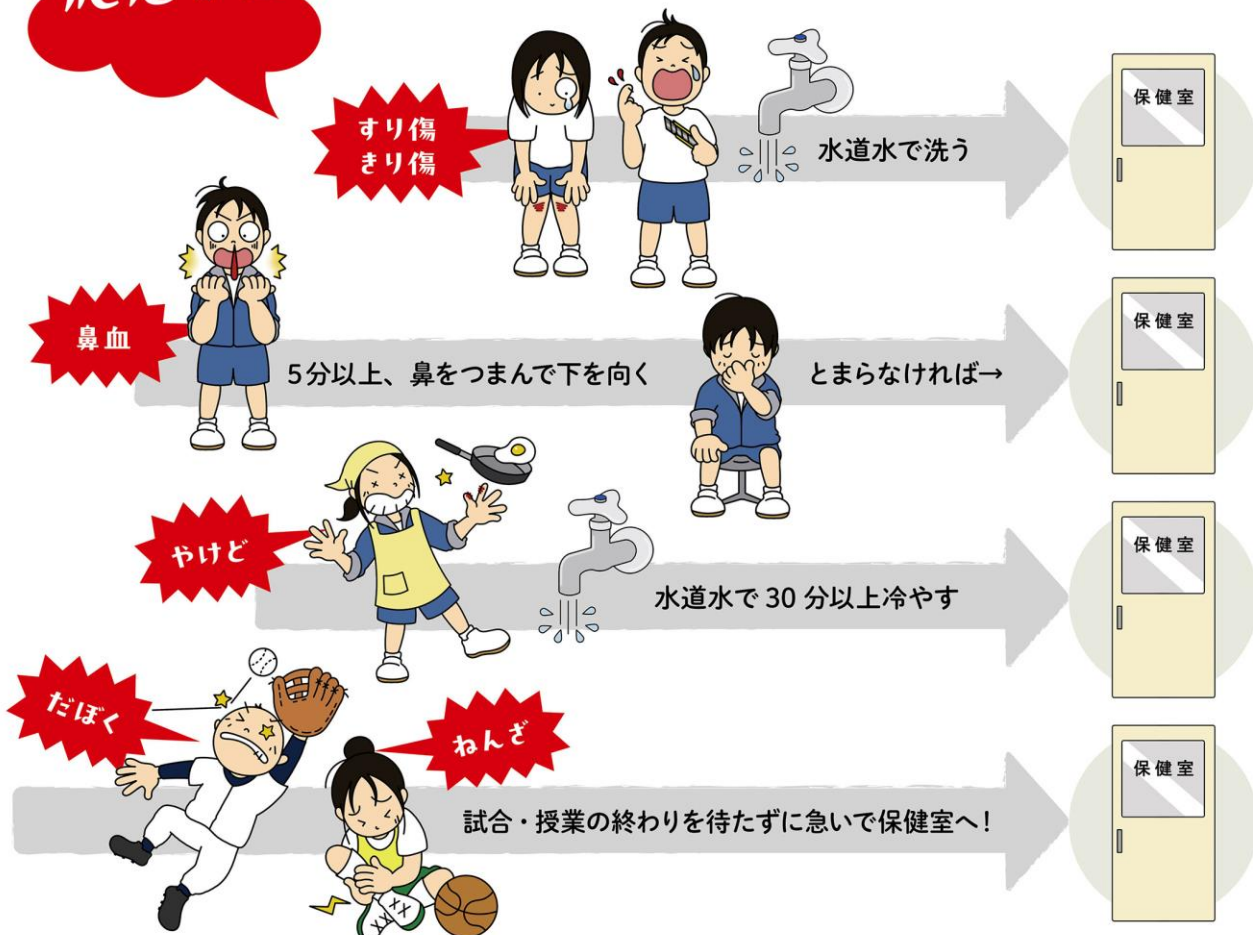


# 9月9日は救急の日

## 応急手当

保健室へ行く前に

# できることはないかな？



## 学校には4台のAEDがあります。確認してみよう！

- ① 体育館正面玄関外側
- ② 普通教棟1階 保健室
- ③ 本館2階 職員室外廊下
- ④ 普通教棟4階東 手洗い場



## お待ちしております



健康診断からの…  
受診報告書

災害共済給付のための…  
医療費申請書類

夏休み中に、学校からの通知を持って受診・治療をした人は「受診結果のお知らせ」の用紙を提出してください。

また、学校の管理下(サマースクール・部活動・運動会練習など)でけが・熱中症の症状で受診をした場合、保健室にお知らせください。