



9月の保健目標

けがの予防につとめよう

けがをしやすくなるのはこんなとき！
睡眠不足・イライラしている・急いでいる
慣れていない作業や行動をしているとき



「あわてる」「急ぐ」はケガの原因に

学校は、みんなが集まって勉強したり、運動したり、色々な活動
をします。みんなが安全に過ごせるように、一人一人が気を付
けて過ごしましょう。

- 😊 あわてず、おちついて行動しよう。
- 😊 階段は、一段ずつしっかり昇り降りしよう。
- 😊 曲がり角では「だれか角から出てくるかもしれない」と思って
気を付けよう。教室の入口も同じです。
- 😊 ろうかは「あゆみ歩行」です。歩いてゆっくり右側を通ります。

けがを
してしまったら・



すりきず 水道の水で洗い流す つき指 動かさなくて冷やす はな血 すわって、小鼻をつまむ



9月1日は防災の日



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地震という地震
の経験をもまえ、災害に備えるため
の意識をもとうという思いから、この
日が「防災の日」と決まりました。

備えや確認はふだんから！

8月8日に発生した日向灘の地震や、台風10号な
ど、この夏は災害が続いて不安な気持ちになった人も
いると思います。でも、いつ起こるかわからない自然
災害。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？日ごろからの備えや確認が大切です。

【おうちのひとチェックしてみよう!!】

- 家具の置き方、工夫していますか？
- 食べものや飲みものの備蓄は十分ですか？
- 家族同士の安否確認方法は決まっていますか？
- 避難場所や避難経路は確認していますか？



風水害、地震・津波、火山災害、雪害などいろいろな
災害について勉強してみたい！そんな時は、「国土
交通省防災学習ポータルサイト」に詳しくのっていま
すので、ぜひ見てみてくださいね。

<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/education/index.html>