

ほけんだより

9月

令和6年9月発行 愛知県立小牧特別支援学校 保健室

みなさん、夏休みは楽しめましたか？そして、健康的な生活を送ることができましたか？

夏休みの生活リズムを早めに整えて、後期も頑張っていきましょう。

9月1日は防災の日



9月1日は防災の日です。今年の元日、石川県の能登半島で大きな地震がありましたね。

あれから半年以上経ちましたが、まだ700人近くの方が避難所での生活を送っています。

地震に限らず、もしもの緊急時に備え、非常食や水、ラジオ、懐中電灯などを用意して

おきましょう。また、火事や地震が起こったらどのように行動すべきか、避難する際の安全

な道はどこなのかなど、日ごろから確認するようにして緊急時に備えましょう。



9月9日は救急の日



9月9日は、救急の日です。ケガは予防することができます！

どのようなことに気を付ければ予防ができるのかを知りましょう！

廊下を走らない



時間に余裕をも

って行動する



あぶないよ



曲がり角に注意する



爪を伸ばさない

なや そうだん
悩みを相談してみよう



みなさん、悩み事を一人で抱えていませんか？長期の休み明けて、これから学校が始まると
 いう今の時期は特に、人間関係や勉強面で悩みを抱えやすくなります。もし、今何か悩ん
 でいることがあれば、どのようなことでもよいので、家族や学校の先生、保健室の先生に相
 談してみましょう。また、電話で大人に相談することもできます。周りの人に話づらいと
 きは以下の相談窓口を気軽に利用して、一人で悩みを抱えないようにしましょう！

しょう ちゅう こうこうせい たいしょう
こども（小 / 中 / 高校生）対象



つうわ むりょう
通話無料

そうだんほうほう じかん
相談方法・時間

チャイルドライン

0120-99-7777

てんわ まいにち じ
電話：毎日16時～21時

チャット：毎週月～土曜日16時～21時

※月曜日は第1・3月曜日のみ

じかん こ エスオーエス
24時間子どもSOSダイヤル

0120-0-78310

てんわ 24じかん
電話：24時間



じんけん ばん
こどもの人権110番

0120-007-110

てんわ へいじつ じ ぶん じ ぶん
電話：平日8時30分～17時15分



がつ ほけんぎょうじ
9月の保健行事

9/3(火)～13(金)

しんちよう たいじゅうそくてい
身長・体重測定

9/5(木) 13:30～

しゅくはくじぜんけんしん しょう ちゅう こう たいしょう
宿泊事前検診(小5・6,中3,高3対象)

9/9(月) 13:30～

しゅくはくじぜんけんしん よびび
宿泊事前検診 予備日

