

ほけんだより 9月

令和7年9月26日 かもと稲田支援学校 高等部
新学期が始まり3週間が過ぎようとしています。生活リズムは戻りましたか。「早寝・早起き・朝ごはん」を心がけて少しずつ、学校生活のリズムに体を整えましょう。

保健目標：体を動かす習慣をつくろう
「体じゅう実Week！」



心と体の健康のため、みんなで楽しくできる運動に取り組んでいます。2学期から「体じゅう実Week！」という期間を設けて、各クラスで昼休みに楽しく体を動かす活動を行います。

ポイントは、みんなで楽しく、体を動かす！！です。

ダンスをして楽しかった。一緒にできて嬉しかった。



歩くのは好きだから、昼休み歩いて良かった。



防災を考える～日頃からの備えを～

8月に豪雨災害がありました。みなさんのお家などは大丈夫だったでしょうか。熊本県下で甚大な被害をもたらしたため、身近な人が被災された人もいます。

日頃の備え

両手が使えるリュックなどの「非常用持出袋」

①防災情報の収集

②地域の危険箇所や避難経路の確認

③早めの予防的避難

*避難が難しい水害の場合

建物の2階等、安全なところに避難を



『マイタイムライン』とは？

【くもとマイタイムライン QR コード】

大雨や台風などの自然災害から自分の身を守るために、あらかじめ避難行動やその準備をまとめておく一人ひとりの防災行動計画



鹿本商工高校・かもと稲田支援学校の生徒保健委員会

9月8日（月）に両校一緒に健康教育を行うため、顔合わせ会をしました。「体の健康は歯と口から！」というテーマで両校の保健委員会で商工フェスタ・かもいなフェスで発表します。

