

# ほけんだより 9月

令和7年9月26日 かもと稻田支援学校 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！」

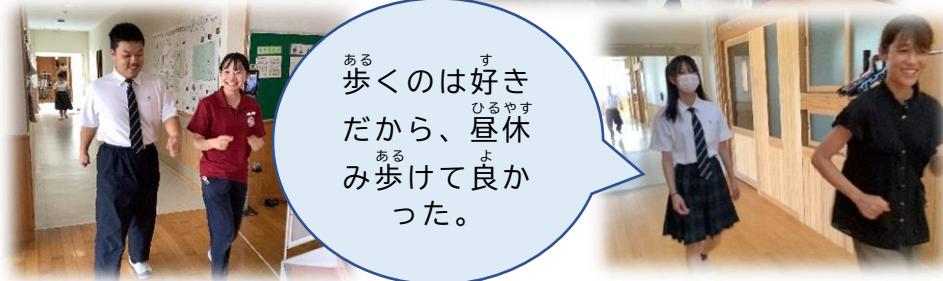
心と体の健康のため、みんなで楽しくできる運動に取り組んでいます。2学期から「体じゅう実Week！」という期間を設けて、各クラスで昼休みに楽しく体を動かす活動を行います。

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。



ある歩くのは好き  
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るのではと思います。

### 日頃の備え

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

両手が使えるリュック等の  
「非常用持出袋」



【くまもとマイタイムライン QRコード】



### 『マイタイムライン』とは？

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・かもと稻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。

