

ほけんたより 9月 + 2024

橘高校定時制
保健室

夏休みが終わり、9月がスタートしました。今年も暑い夏でしたが、夏休み中の体調管理はできていたでしょうか。熱中症予防のためにも、また流行が続く感染症予防のためにも、規則正しい生活に戻して、体力をつけていきましょう。



今月までは「前期」です。月末には社会見学等がありますので、元気に学年行事に参加してきてください。😊

9月1日 防災の日



9/1は「防災の日」、学校では、地震を想定した防災訓練を毎年行っていますね。また、8月16日には台風の影響により、川崎市では大雨・暴風・波浪警報などが発令されてい

ました。備蓄や避難など、防災について考えた人も多いのではないのでしょうか。

自分の命を守るため、災害時の避難の仕方・帰宅経路を確認することが大切です。災害は学校時に起こるとは限りません。近隣の避難所・避難ルートの確認、そして家族でも連絡方法や待ち合わせ場所など、話し合っておきましょう。

9/9は「救急の日」。人が倒れていたり、周囲が危険な状況であったりした時に、自分は何ができるでしょうか。

救急車が来るまでに私たちができることは、

「一次救命処置」といって、胸骨圧迫や、AEDの装着などがあります。一次救命処置について、保健室前に詳しく掲示しますので、見てみてください。

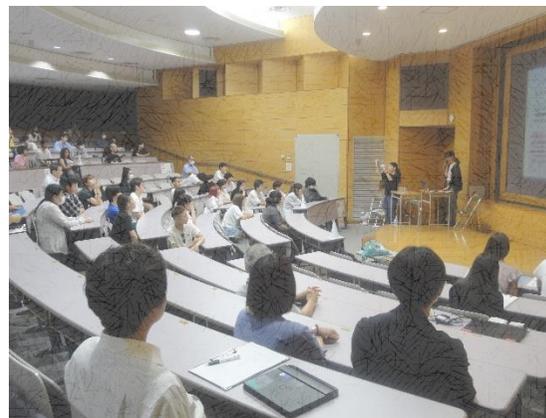
9月9日 救急の日



性教育講演会を行いました

令和6年7月19日(金)

今年度は、NPO法人ピルコンさんにご講演していただきました！



内容は性についての説明から、妊娠した際の対応、SNSでのトラブルから人との付き合い方まで、様々なお話がありました。

SNS上の事例などもあり、身近に感じられた人も多いのではないのでしょうか。自身を振り返り自分を大切にしようと思える機会になりましたでしょうか。

性感染症の広がり方を例えた「水の感染ゲーム」。いつの間にか感染している怖さを学びました。

協力してくれた保健委員、その他の生徒のみなさん、ありがとうございました！



講演後の感想(抜粋)

- 性感染症は、知らずにかかっているかもと知って少し怖いと思った。
- デートDVは身体的だけでなく精神的なことも当てはまることを学んだ。
- 自分の身体を大切にしたいと思った。
- 嫌だと思ったこら、言葉を濁さずハッキリ嫌だという。