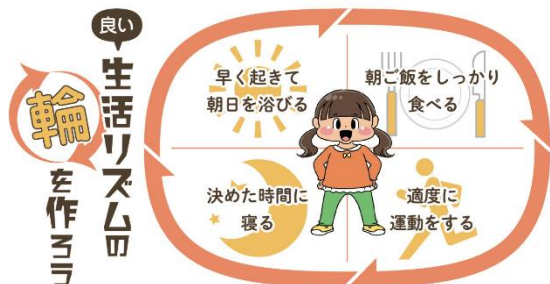


ほけんだより 9月

令和8年9月1日
武生第五中学校

夏休みが終わり、2学期が始まりました！大きな怪我や病気にかかることなく、健康に過ごせましたか？
9月に入ってから暑い日が続きますので、熱中症には十分気を付けましょう！

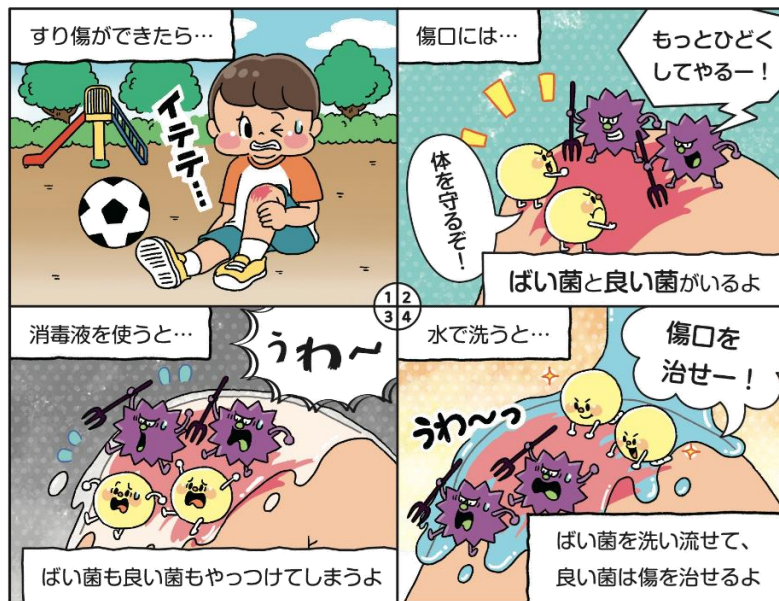


体育祭や文化祭に向けて、
生活リズムを見直してみよう！

夏休みの生活から学校モードに切り替わっていますか？2学期は体育祭や文化祭などの行事があり、忙しい毎日が続きます。睡眠不足や朝食抜きは、集中力の低下や疲れやすさにつながります。

元気に行事に参加できるように準備しましょう！

— 傷口に消毒液を使っていいの？ —



ポイント 傷口は水できれいに洗おう



日本は地震だけでなく、台風や豪雨、火山噴火等、自然災害が多い国です。

自分の命を守るためには、「知っていること」が大きな力になります。地震が起きたときに落ち着いて行動できるよう、確認してみましょう。

地震が起きたらどうなるの？

何が起こるかを知って、準備をしておくで危険をへらせるよ。おうちのひとと、地震のときのことを話してみよう。

