



長い夏休みが明け、2学期が始まりました。みなさん、大きなけがや病気をせず、元気に過ごすことができたでしょうか。全国では、熊本をはじめとする各地で震度4を超える大きな地震が発生したり、線状降水帯発生による豪雨が関東地方を襲ったり、ここ徳之島にも台風13号や18号が接近し停電などの被害が続出したりと、災害大国日本の脅威をあらためて実感させられる夏休みだったのではないのでしょうか。9月は防災月間でもあります。自身の防災対策について今一度見直してみましょう。「備えあれば憂いなし」です。

さて、まだまだ暑い日が続きます。特に今週は待ちに待った体育大会を控え、7日連続の登校となります。夏休みで少し緩んだ生活を徐々に整え、体調に十分気をつけて、本番を万全の体調で迎えましょう。



スクールカウンセリング日程

実施日：令和8年9月10日(木)

場所：本校小会議室2

相談時間：1人あたり50分程度

希望者は、先週配布されている申込用紙に記入し、担任または保健室に提出してください。

なお、この日は、2年生対象の「SOSに関する教育」の講話が4限目に実施されます。1、3年生はそれぞれ1学期に実施しました。「悩み」との向き合い方についてそれぞれ考える良い機会になりましたね。2年生のみなさん、楽しみにしてください。

性に関する指導講話

7月9日(木)に、1学年全員を対象に「性に関する指導」の一環として、徳之島徳洲会病院から講師の先生方をお招きし、講話を実施していただきました。

性とは、いのち・からだ・健康を意味するということや、自他を尊重することの大切さ、デートDVについて、性感染症の感染経路を模した実験等、性について幅広くも深く濃い内容を学ぶことができました。生徒からは、「性というものについて本来の意味とは異なる捉え方をしていた」「自分から積極的に学ぼうとはしない内容だったのでいい機会だった」「自分や相手の命を大切にしようと思った」などの感想があり、とても有意義な時間となりました。

金メダリストも相談している

こんな軽い悩みでカウンセリングなんて

相談するのは弱いこと

——そう思っていないですか？



でも実は、強靱なメンタルが求められるオリンピックの金メダリストをはじめ、多くのアスリートがカウンセリングを受けています。最高のパフォーマンス

を発揮するには、体だけでなく心の調子も大切だからです。競技の悩みだけでなく、人間関係や日常の不安なども相談するそうです。

悩みを話すのは、恥ずかしいことでも弱いことでもありません。力を発揮して前に進むための大切なケアなのです。

一人で抱え込まずに、相談室や保健室へ話しに来てください。



結核・呼吸器感染症予防週間

厚生労働省では、毎年9月24日から30日までを「結核・呼吸器感染症予防週間」として、地方自治体や関係団体と協力し、結核・呼吸器感染症予防に関する普及啓発を行っています。

マスク着用を含む咳エチケット、手洗い、換気等の基本的感染対策や予防接種の重要性等、呼吸器感染症に関する知識の普及啓発を図ることとしています。

令和6年の結核新規患者数は10,051人、死亡者数の概算は1,460人とされています。学校においては、入学時に胸部レントゲン検査を実施し、スクリーニングを行っています。せきやたんが2週間以上続いたり、微熱や体のだるさが続いたりする場合には、早めに医療機関を受診しましょう。



7月28日、熊本を震源とする最大震度7の地震が発生しました。また、8月13日から14日にかけては、千葉県を中心とした関東地方を豪雨が襲い、甚大な被害をもたらしています。ここ徳之島も、今年は例年に比べ、台風の影響を大きく受けているように感じます。

このように、災害大国と言われる日本に住む私たちの身には、いつどのような災害が起こっても不思議ではありません。しかし、その被害を最小限に抑える備えはできます。自然災害が頻発している今、あらためて防災について考え、日頃の備えを見直してみましょう。

#地震だ! 場所別 最初にとるべき行動は?

家にいるとき

机の下など、物が落ちてきたり倒れてきたりしない場所に移動し、揺れがおさまるのを待ちます。



屋外にいるとき

建物の近くは、がれきや割れたガラスなどが落ちてくる危険が。建物から離れて、カバンなどで頭を守りましょう。



ショッピングモールなどにいるとき

棚やガラスケースから離れて通路へ。出入口に向かわず、店員さんの指示を待ちましょう。



いつものバッグに安心をプラス

- 外出中に被災したとき、役立つ「防災ポーチ」を作り、普段のバッグに入れて持ち歩きませんか。防災ポーチには以下のものを入れると良いとされています。

- ☒ 小型ライト
- ☒ ホイッスル
- ☒ ウェットティッシュ
- ☒ マスク
- ☒ 簡易トイレ
- ☒ 小銭・現金

この他に「自分専用の備え」も入れましょう。例えば、視界が悪いと危険なので予備の眼鏡などは必須です。また、アレルギー等の常備薬、女性なら生理用品、情報収集などに役立つスマートフォンのモバイルバッテリーも欠かせません。

生活を振り返り、ポーチに「自分専用の備え」を入れて、いつものバッグに安心をプラスしましょう。

