

保健だよ!

えがきお



今年も岸川中のみんなが、元気で、思いやりの心を持って過ごせますように

川口市立岸川中学校 保健室 令和6年1月10日発行

今年もよろしく
お願いいたします



今年も、健康第一!
健康づくりの「タツ人」
をめざそう

いよいよ3学期がスタートしました。冬休みは元気に過ごせましたか?

今年も新年早々に、能登半島で大地震が発生しました。寒い地域で、不自由な生活をされている方々の体調が心配です。でも、何の不自由なく過ごしている私たちも、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症に感染するリスクはあります。今年も、手洗い・換気など、感染症対策を十分に行ってください。

「地震だあ〜!!!」あなたは、正しい行動をとれますか?

登下校中にグラグラと揺れて立ってられないような地震が起こりました。正しい行動はどれですか?

- ① 広い道路の中央に逃げる
- ② 近くの公園や駐車場に逃げる
- ③ 高い塀の下に逃げる
- ④ 塀や電線の下を避けて、その場で地面にしゃがみ込む
- ⑤ カバン、制服の上着、大きな教科書を広げて体を守る
- ⑥ 丈夫な建物や高い建物の中に逃げる



正解は ② ④ ⑤

地震が発生した時、車道やブロック塀のそば・建物の中は危険です。建物やブロック塀が崩れたり、電線が切れて落ちてくる可能性もあります。看板の下や自動販売機の前も危険です。広くて安全な場所に、体を小さくしてしゃがみ込み、頭や手足を守りましょう。

●学校から家までの通学路、いつも通る道で、危険な場所を確認しておきましょう。

【例】ひびが入っているブロック塀・落ちそう(外れそう)な看板・窓ガラスが割れた古い空き家 など

●「避難場所」がどこにあるかを調べておきましょう

岸川中学校・前川小学校・前川東小学校・

前川第2公園・くすのき公園・前四はなみずき公園・前川町ふれあい公園・前川第1～第7公園などは『一とき避難場所』になっています。

詳しい情報は『川口市防災ハンドブック』をみてください
保健室前に掲示しています。ぜひ、確認してください!



災害用伝言ダイヤルを知っていますか?



局番なしの「171」に電話をかけると伝言を録音でき、自分の電話番号を知っている家族などが、伝言を再生できます。

令和5年度 第2回 性と健康の相談センター事業
産婦人科医「サッコ先生」と考える Z世代のからだケア
～ 自分を守る！Happyになれる選択 ～

正しい知識を持って、
自分のからだや心を守りましょう！

令和5年度 第2回 性と健康の相談センター事業

産婦人科医「サッコ先生」と考える！

Z世代のからだケア

～自分を守る！HAPPYになれる選択～



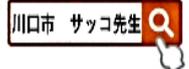
配信・申込期間：令和6年1月9日（火）9:00～2月29日（木）23:00

配信：健康増進課 動画チャンネル（YouTube）にて動画配信

対象：川口市在住・在学・在勤の中学・高校・大学生、保護者、教育関係者等

講師：埼玉医科大学 医療人育成支援センター・地域医学推進センター/産婦人科 思春期外来

/医学教育センター助教 高橋 幸子先生（サッコ先生）



保健室・相談室・各階の廊下に、このカードを設置します。QRコードを読み込んで視聴してください。

保健室・相談室も、いつでも相談できます。





2学期 「歯みがきしようWeek」結果(12/11～12/15)

	12/11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)
1年1組	90.6%	86.7%	93.5%	93.5%	100%
1年2組	93.5%	96.9%	87.5%	96.8%	93.9%
1年3組	73.3%	74.2%	100%	90.3%	87.1%
1年4組	75.9%	80.6%	80.0%	100%	90.6%
2年1組	71.4%	85.2%	88.9%	92.3%	89.3%
2年2組	92.9%	100%	100%	100%	100%
2年3組	84.6%	100%	100%	92.3%	61.5%
2年4組	90.9%	92.6%	100%	94.6%	100%
3年1組	92.6%	92.6%	92.3%	96.0%	100%
3年2組	100%	100%	100%	100%	100%
3年3組	92.9%	93.1%	100%	100%	96.4%
3年4組	96.0%	100%	100%	100%	96.4%
5組	42.9%	66.7%	75.0%	85.7%	72.7%

3年2組

5日間 100%達成！

3学期も、給食後の歯みがきを続けましょう。



令和5年度 全国健康づくり推進学校 最優秀校



「学校・家庭・地域が連携を図り積極的に健康づくりを推進している学校」として、
岸川中学校が最優秀校に選ばれました。

学校と家庭で協力した感染防止対策や、避難訓練、食育活動、歯科保健活動、教育相談活動、学校内外でのボランティア活動など、日頃の教育活動が高く評価されました。

保護者の方々、地域の皆さまのご協力に感謝申し上げます。