

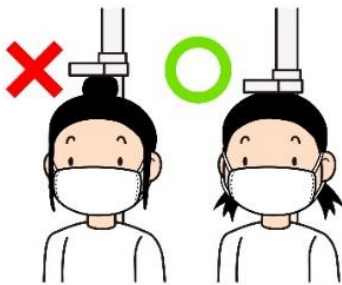
ほけんだより 8

令和7年8月28日
せいわにししょうがっこうほけんしつ
成和西小学校保健室
No. 20 (2学期開始号)

ながい夏休みもおわり、今日から2学期が始まりました。
夏休みは、楽しく過ごすことができましたか？まだまだ暑い日が続きますので、
体調管理に気をつけて、2学期も楽しく元気に過ごしましょう。

明日 (8/29 (金)) は発育測定です！

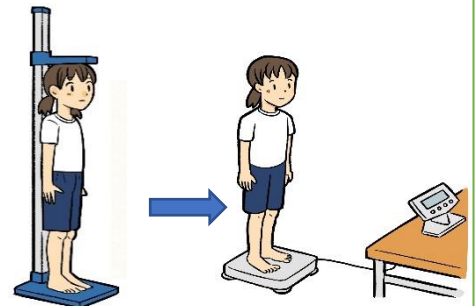
学年ごとに数人ずつで行います



服装：たいそうふく
注意すること：髪の毛を結ぶ
場合は、測定のじゃまになら
ないようにしましょう。

視力検査については、10月10日の目の愛護デ
ーにあわせて、10月中に実施する予定です。

※くつ下は、はいたままで行います。

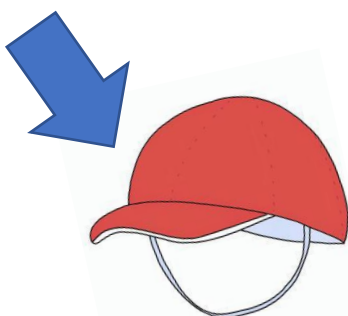


身長→体重の順に測ります。

🍀 スクールカウンセラー 山田忍先生による9月の来校白 🍀

- 8日 (月) 13:00~17:00
- 18日 (木) 9:00~12:00
- 29日 (月) 13:00~17:00

相談したいこと等がある時は、担任または保健室 (西口) までご連絡ください。



9月に入ると運動会の練習が始まります。

まだまだ日差しが強く、暑い日が続きます。

体育がある日は、必ず赤白ぼうしを持ってくるようにしましょう。

ほけんもくひょう
9月の保健目標

けがを予防しよう



AEDの設置場所は

せんせい げんかん
先生たちの玄関
(うんどうじょうがわ
(運動場側))



9月9日はなんの日??

9月9日は、**救急の日**です。「9(きゅう) 9(きゅう)」の語呂合わせから、この日を「救急の日」といいます。

救急とは、急病やけがの**応急手当**をすることです。大きな病気やけがだけでなく、すり傷や切り傷の手当ても「救急」の仲間です。

まず、自分がけがしたときの**応急手当**をしっかりと覚えて、実行できるようにしておきましょう。

応急手当 保健室へ行く前にできること

すりきず・切りきず



きずぐち すいどうすい
きず口を水道水で
きれいに洗う

鼻出血



ふん い じょう
10分以上は
はなをつまんで下を向く

やけど



すいどうすい ぶん い じょう
水道水で20分以上は
冷やす

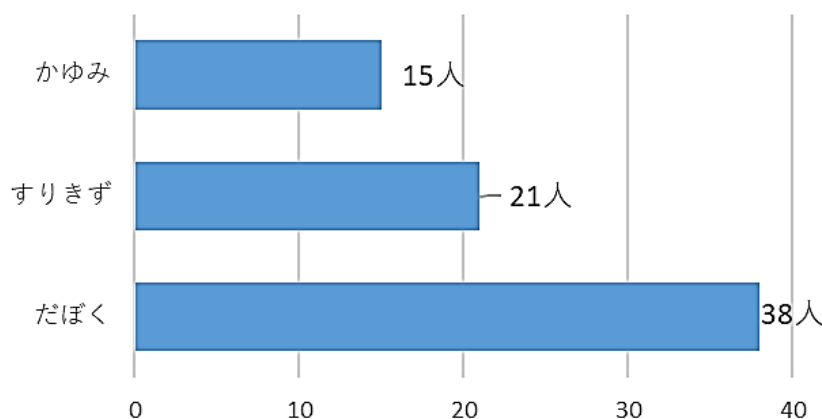
だぼく・ねんざ



じょうぎょう だちゅう
授業やあそびの途中でも、
すぐに保健室へ。



がっき おお
1学期に多かったケガ



だぼくが**1番**多かったです!

とくに、顔や頭の**だぼく**には

きをつけてよう!!

