

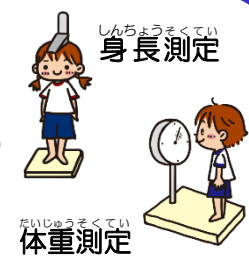
9月ほけんたより

令和4年9月2日
 関川小学校
 NO.5
 保健室

いよいよ2学期が始まりました。少しずつ学校の生活リズムを取りもどしていきましょう。9月もまだまだ暑い日が続きます。「早ね・早起き・朝ごはん」の生活リズムをしっかりと立て直し、毎日元気に過ごしましょう。

＜9月の保健安全目標＞
 【保健】○学校生活のリズムを取りもどそう
 【安全】○けがを防ごう

＜9月の保健行事＞
 7日(水):身体測定(1・2年) 清潔調べ(3～6年)
 8日(木):身体測定(3～6年) 清潔調べ(1・2年)



9月9日 救急の日



「99」は(きゅうきゅう)と読めることから、9月9日は「救急の日」とされています。「救急」とは、「急病やけがの応急手当てをすること」です。大きな病気やけがだけでなく、すりきずや切りきずの手当ても「救急」のなかまです。まずは、自分がけがをしたときの応急手当てをしっかりと覚えて、できるようにしておきましょう。

自分でできる! けがの救急処置

血が出たら



きれいなハンカチやティッシュなどできず口を強くおさえましょう。

鼻血が出たら

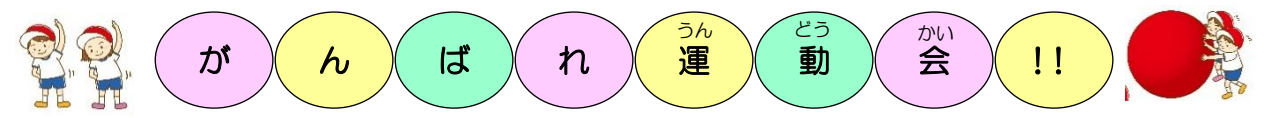


すぐに流水などで冷やしましょう。ヒリヒリとした痛みがひくまで冷やしましょう。



打ぼくや打ちみ

すぐに冷やして、動かさず安静にしましょう。



これから運動会の練習が始まります。規則正しい生活を心がけて、体調をしっかりと整えて安全に練習に臨み、運動会本番には練習の成果を発揮できるようにがんばりましょう!

準備はしっかりできているかな?

体調管理をしよう!



合っていない時は直してもらいましょう。

熱中症対策をしっかりしよう!

＜保護者のみなさまへ＞

★身体測定(身長・体重測定)について★

9月7日(水)、8日(木)の2日間身体測定を実施いたします。服装は、「体操服(半袖・半ズボン)」です。身体測定の結果につきましては、健康手帳でお知らせいたします。結果をお子様と一緒に確かめて成長を感じていただくと共に、洋服や体操服、外靴、上履きなど今のお子様の体のサイズに合っているか確認する機会にさせていただければと思います。

★Googleフォームによる健康チェックの入力について★

夏休みに使用していた「出欠・健康観察フォーム」を引き続きご使用ください。なお、入力時間につきましては、お子様が登校する前7:45までにお願いいたします。

2学期も、風邪等の症状が見られる場合には、無理に登校はせず、自宅で休養していただきますよう、こちらも含わせてお願いいたします。(出席停止の扱いとさせていただきます。)

★熱中症対策について★

9月1日(木)に別紙にて配付しました。運動会の練習が始まりますので、内容をご確認いただき、各ご家庭で対応をお願いいたします。

