

ほけんだより 9月号

令和5年9月1日
高浜小学校
保健室

がっこうせいかつ
学校生活のスタートです！

なつやす あ なつやす げんき
夏休みが明けました。夏休みは元気に過ごせましたか？まだまだ暑い日が続きます。あせをふくため

のタオルや、水分補給のための水とうをわすれないようにしましょう。9月からも元気に楽しい学校生活

を送りましょう！

できるようになろう！ 応急手当！

すり傷 傷口をきれいにあらう

切り傷 傷口を押さえる

打ぼく ぶつけた部分をひやす

鼻血 鼻を押さえる

ケガ をしやすいのは

慌てているとき
油断しているとき
疲れているとき

周囲の状況を落ち着いて見られるように、余裕を持って行動しよう。

「危ないかもしれない」と考えて、いつも以上に安全確認をしよう。

前日の疲れが残っていると注意力が落ちてしまうよ。睡眠はしっかりと。

大きながががないよう、
気をつけて元気に過ごしましょう。



身体測定のお知らせ



日にち	時間	学年	場所
9月4日(月)	1時間目	1~3年生	家庭科室
9月5日(火)		4~6年生	



服そう

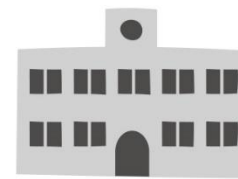
体そう服(半袖・半ズボン)

髪型(髪の長い人)

高い位置で結ばない。



生活リズムを
学校モードに
戻そう!



朝ごはんをゆっくり食べる

朝は余裕を持って、おなじ時間に起きる

寝る前にスマホを見るのをやめ、早めに寝る

★治療はお済みですか？

健康診断の結果から、夏休み中に医療機関を受診した方は受診結果をご提出ください。また、まだ治療がお済みでない方は、早めの医療機関受診をお願いいたします。

日頃より学校保健にご理解とご協力をいただきありがとうございます。9月からも子どもたちが元気に学校に通えるよう支援してまいります。今後ともご協力をよろしくお願いいたします。

☑ おうちの方へ

