

9月 ひだまり

木田小学校保健室
令和7年9月18日
No.6

なつやす がっこう 夏休みが終わり、学校のリズムに、慣れてきましたか？生活リズムを整えて、元気に学校生活をおくるようにしましょうね。

あさゆう すず 朝夕がずいぶん涼しくはなってきましたが、9月に入ってもまだまだ残暑が厳しく、熱中症対策が欠かせません。しっかり水分補給をし、調子が悪いときは無理をせずにゆっくり過ごしましょう。



9月の保健目標 けがを予防しよう

応急手当 **〇×クイズ** ?

つぎ おうきゅう て あて ただ 次の応急手当は正しい？ それともまちがっている？
〇か×かで答えてね。



Q1 すりきずには、すぐに絆創膏を貼る。

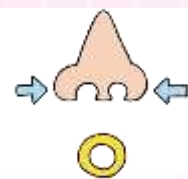


Q2 鼻血が出たら、上を向く。



こたえ

- 1... ×
(水道水でよく洗います)
- 2... ×
(下を向き、小鼻を強くつまみます)



＼気をつけて！／

けがをしやすいのはこんなとき

すいみん えいよう ぶそく 睡眠・栄養不足

ぼー

しゅうちゅうりよく き 集中力が下がり
しゅうい 注意が散るため

な 慣れていない

うご 動きに無理が出て
しつぱい 失敗しやすいため

イライラしている

れいせい か 冷静さを欠き
うご 動きが乱れるため

いそ 急いでいる

しゅう い 周囲への注意が
ふじゅうぶん 不十分になるため

がっこうほけんいいんかい
9/19に学校保健委員会があります



今年の学校保健委員会のテーマは『NOメディアEXPO2025～メディアコントロール達人になろう』です。9月19日にテレビ放送でオープニングダンス、アンケート結果の発表、クイズ、チャレンジカードについてなど盛りだくさんでお送りします。チャレンジカードは、おうちのひととメディアの上手な使い方について話し合い、一週間チャレンジします。チャレンジを

すべて達成できたら、ステキなプレゼントがもらえるかも・・・？

保健委員のみなさんが考えた学校保健委員会のオリジナルキャラクターです。テレビ放送やチャレンジカードなどで登場しますのでお楽しみに！



9月22日からは、各学年ごとに「Mbase」の山原先生より、デジタル障害についてのお話があります。どんなお話が聞けるか楽しみです。

保健室のひまわり



学校保健委員会において、保健委員会のみなさんが大休みや昼休みの時間を使って、ダンスの練習や、ポスター作り、発表の録音をしたりと、限られた時間の中でがんばっていました。みんなで声をかけ合いながら協力して取り組む姿がとってもすてきでした。