

ほけんだより 9月

ほけんもくひょう
＜保健目標＞

けがをよぼうしよう

越廼小学校 保健室

令和4年9月6日

No.6

日曜日は体育大会おつかれさまでした。みなさんのがんばっている姿はとてもかっこよく、練習の成果が発揮された体育大会でしたね。まだまだつかれが残っている人も多いと思うので、今週はいつもより早めにねて、つかれをしっかりととるようにしましょう。9月に入りましたが、日中はまだまだ暑い日が続きます。水分補給をしっかりと、熱中症に十分気をつけてすごしましょう。

9月9日は救急の日です！

9月9日は救急の日と定められており、救急のことについて知る日となっています。また、9月の保健目標は、「けがをよぼうしよう」です。自分でできるけがの手当を知り、保健室に来る前に応急手当ができるようにしましょう。

ひざをすりおいてしまったら・・・



水道の水で傷口をしっかりとあらって、砂やよごれを落とします。血が出ていたら、ティッシュやハンカチでしっかりおさえます。

鼻血がでてしまったら・・・



少しだけ下を向いて、親指と人差し指を使って鼻をしっかりと押さえて血を止めます。5分くらいで止まります。止まらないときは保健室へ！

やけどをしてしまったら・・・



すぐに水道水で痛みがなくなるまで冷やします。(10分以上は冷やす。)重症度が高いときは病院を受診します。

目の中にごみが入ってしまったら・・・



静かにまばたきをして、涙といっしょにごみを流します。目をゴシゴシすると、取れなくなってしまうこともあるので要注意！

◎4月から7月までの保健室来室者数

	4月	5月	6月	7月
人数(人)	11	23	26	12

4月から7月までに「けが」で保健室に来室した人数は、合計で72人でした。すり傷や切り傷が1番多かったです。9月以降は、たくさんの行事があります。けがには十分気をつけて、元気にすごすことができるようにしましょう！

新型ウイルス感染拡大中



夏休み中も新型コロナウイルスの感染拡大が続き、まだまだ感染者の数が増えています。学校が再開しましたが、もう一度、感染症対策についておさらいしましょう！

こまめな手洗い・手指消毒

- 登校の後
- 休み時間の後
- 給食の前と後
- そうじの後

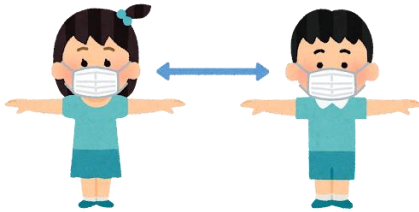


正しくマスクをつける

鼻・口・あごの3つをしっかりかきつけてマスクをつけましょう。
特に鼻がでないように注意！！



身体的なきよりをとる



友達とくっつかない！はなれることを意識！

規則正しい生活を心がける



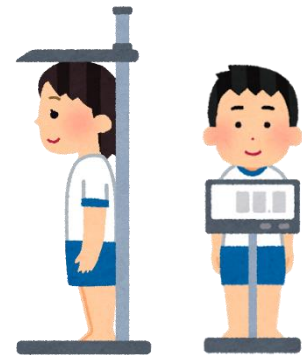
発育測定があります！



○次の日にちに発育測定を行います。

今回は身長も測るので、4月からどのくらい成長しているか楽しみですね。足のつめ切りも忘れずに！

- 1・2年生 9月8日(木) 4時間目
- 3・4年生 9月7日(水) 3時間目
- 5・6年生 9月9日(金) 3時間目



保護者の方へ



夏休み中もお子さんの健康観察にご協力いただき、ありがとうございました。また、歯みがきカレンダーや染め出しの宿題につきましても、お子さんと一緒に取り組んでいただいたこと、重ねて感謝申し上げます。

先日行われました体育大会では、大きなけがもなく、全員が最後まで一生懸命に頑張ることができました。保護者のみなさんが、日頃よりお子さんの体調管理に努めていただいているおかげだと思っております。9月も暑い日が続きますので、水筒やタオルの持参をお願いいたします。

また、夏休み中も新型コロナウイルス感染拡大が続き、県内の感染者数は高止まりとなっております。学校では感染症対策を引き続き行って参りますが、今一度、保護者の皆さんからも手洗いやマスクの着用など基本的な感染症対策についてお声かけいただくと大変ありがたいです。毎朝の検温につきましても、お手数をおかけしますが、引き続きよろしくお願いたします。