

ほけんだより 9月

令和5年 9月
一丘小学校 ほけんしつ

2学期が始まって約1週間がたちましたね。夏休みの間に、生活リズムがくずれてしまった人もいるかもしれません。そろそろ学校生活のリズムにも慣れてきましたか？

9月に入ったものの、まだまだ きびしい暑さが続いています…
運動会の練習も始まります！こまめな水分ほきゅうや、休けいをしっかりと取って、熱中症には十分に注意しましょうね！

9月1日は、防災の日 災害への備えはできていますか？

地震や台風、大雨など、災害は、いつ起きるかわかりません。
もしものときに備えて、防災バックを用意したり、身を守る方法や、避難する場所などを、おうちの人とよく話し合ってみてくださいね。



防災バック 何を入れますか？

- | | |
|----------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 水 | <input type="checkbox"/> タオル |
| <input type="checkbox"/> 食料 | <input type="checkbox"/> ポリ袋・レジ袋 |
| <input type="checkbox"/> 防寒具 | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> くつ・スリッパ | <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ |
| <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 救急セット |
| <input type="checkbox"/> ライト | <input type="checkbox"/> 簡易トイレ |



他にどんなものが
必要な…
考えてみてね！

おうちのかたへ

1学期の健康診断の結果、受診が必要だった人で、夏休み中に検査・治療を受けた人は、受診報告書を学校へご提出ください。受診がまだの場合は、できるだけ 早めの受診をおすすめします。



9月9日は救急の日 どうすれば、けがを防げるかな？

下にあるのは、よくあるけがの例ですが、このけがはどうすれば防ぐことができたでしょうか？
自分がけがをしたときのことも振り返ってけがを防ぐ方法を考えてみよう！

急いでいて走っていたら、
ろうかの曲がり角で
友達とぶつかった。

ふざけて、かさを
振り回していたら、
隣にいた友達に当たった。



階段のすりを、滑り台の
ようにして滑っていたら、
頭から落ちた。

大けがにつながる
可能性もあるよね…
気をつけよう！！

AEDって知っていますか？



みんなは、左の写真がなんだかわかりますか？
これは、心臓が止まってしまった人に電気ショックを与える道具です。
AEDを使用することで、人の命を助けられる確率が50%まで高まります。



命を救う大切な AED。実は学校にもあるんですよ。どこにあるか知っていますか？

… 体育館の入口にあります。どんなものか1度見てみるのもいいですね。

でも、AEDは命が危険な時に使う大切な道具です。必要がないときは触らないこと！

これは約束してくださいね。学校以外にも、お店や駅など、人がたくさん集まるところに AEDは設置されています。見つけてみてくださいね！

9月4日～8日 2計測を行います！

4月ぶりの身長・体重測定！！1学期から、どれだけ大きくなったかな…

“からだの発育”が返ってきたら、おうちの人と確認してくださいね☆

