

ほけんだより

ふんわり



ながくて しりつきたしょうがっこう ほけんしつ
長久手市立北小学校 保健室
れいわ ねん がつほっこう
令和5年9月発行



がつ ほけんもくひょう
9月の保健目標



き つ
けがに気を付け
あんぜん せいかつ
安全な生活をしよう

がっき はじ なつやす たいけん けいけん
2学期が始まりました。夏休みは、いろんな体験や経験ができましたか。

がっき うんどうかい やがいかつどう しゅうがくりょう がっこうがいで きょうじ おお
2学期は、運動会があったり、野外活動・修学旅行など学校外に出かけたりと行事が多いで
す。活動が増えると『けが』も増えます。「まわりの様子をよく見る」「自分に合ったくつをはく」
たいちょう とどの き ふせ
「体調を整える」など、気をつけることで防げる『けが』もありますよ。

ねっちゅうしょう しんばい まいにち すいどう かなら も
また、熱中症もまだまだ心配です。毎日、水筒を必ず持つてくるよう
すいぶんほきゅう
にし、水分補給をしっかりとしましょう。



そのけがの原因...心あたりはないですか？



ぼんやりしていた...



ふざけていた...

AEDのある場所を
おぼえておこう！



がっこう えーいーでいー
学校にAEDはいくつあるでしょうか？

こた
答えは2つです。「保健室」と、「体育館入口」にあります。場所がわからない人は、確認をし
ておくといいです。もし、「AEDを持ってきて！」と言われたら、取りに行ったり、近くの先生
に伝えたりできるといいですね。

8月18日(金) 薬物乱用防止教室(6年生)を行いました

あいちけいさつしょ はやかわ こうし まね やくぶつらんようぼうし
愛知警察署の早川さんを講師としてお招きして「薬物乱用防止
きょうしつ おこな
教室」を行い、6年生が話を聞きました。

はやかわ いほう やくぶつ て だ やくぶつ からた こころ
早川さんから、「違法の薬物に手を出さない」「薬物が体や心
こわ やくぶつらんよう こわ おし
を壊してしまう」など、薬物乱用の恐さを教えてもらいました。
やくぶつ かく ざい たいま たど かい て だ
薬物(覚せい剤や大麻など)は、例え1回だろうと手を出してはい
けません！！



何か不安なこと心配なことがあったとき……

相談できる大人を3人考えておこう。自分を守るためにも、信ら
いできる大人を見つけておくとよいです。1人目の人が聞いてくれな
くても、2人目、3人目の人は真剣に聞いてくれるかも。

相談しようよ



2枚の絵を見くらべて、7つのまちがいをさがそう！



まちがいがさがしのこたえは保健室の前にはってあるので見に来てね。

9月の保健行事

9月5日(火)	身体測定(6年)	15日(金)	身体測定(1年)
6日(水)	身体測定(4年)		修学旅行事前健康診断(6年)
7日(木)	身体測定(3年)	19日(火)	身体測定(5年)
8日(金)	身体測定(2年)	21日(木)	身体測定(なかよし)

おうちの方へ

9月に身体測定を行います。測定後、健康手帳を返却します。測定結果を確認していただき、健康手帳の最終ページの保護者印(各学年の2学期の欄)に押印またはサインをし、再度学校へ提出をお願いします。

また、身体測定時に10分程のミニ保健教育を行います。「メディア機器(タブレット、ゲームなど)と健康」について話をする予定です。ご家庭でも、どんな内容だったかなど話題にしていたいただくと幸いです。

9月の野外活動前(5年)、10月の修学旅行前(6年)に、生活リズム点検カードを実施します。お子様と一緒に、生活リズムについて再確認していただきたいです。