

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 がつはっこう  
令和7年9月発行



がつ ほけんもくひょう  
9月の保健目標



けがに気を付け  
安全な生活をしよう

2学期が始まりました。42日間の夏休みは、いろいろな体験や思い出ができましたか。

2学期は、校外学習・野外活動・修学旅行など学校外に出かけたり、運動会があったりと行事が沢山ありますね。活動が増えると『けが』も増えやすくなりますので、「まわりの様子をよく見る」「自分に合った靴をはく」「体調を整える」などに気を付けて『けが』を防ぎましょう。

また、まだまだ暑い日が続くので、熱中症も油断できません。毎日、十分な睡眠をとり、朝ご飯をしっかりと食べ、小まめに水分補給をするなど熱中症も防ぎましょう。

♡2学期から保健室の先生がもう一人みえます！よろしくお願いします♡



おがわさいこ  
小川彩子  
です。2  
学期も健  
康でいま  
しょう。



いちこあきこ  
市古亜希子  
です。3年  
ぶりに戻り  
ました。午  
前居ます。



いとうなぎさ  
伊藤なぎさ  
です。市古  
先生と交替  
で午後居ま  
す。



かただあゆな  
片田明優菜  
です。2学  
期も時々お  
手伝いに来  
ます。

救急処置は「しっかり」が大事！



きずぐち  
傷口のよごれを  
しっかり洗い流す



したむ  
下を向いて、小鼻を  
親指とひとさし指でしっかりつまむ



た  
打ばくやねんざは  
しっかり冷やす



つか  
使いすぎはけがのもと  
しっかり休める

やくぶつらんようぼうしきょうしつ  
薬物乱用防止教室【6年生・8月20日(水)】を行いました

愛知警察署の早川様を講師としてお招きし、ご講話をいただきました。「違法薬物に1回でも手を出さないこと」「薬物は体や心を壊してしまうこと」「オーバードーズ(市販薬を適量より多く服用)の危険性」などについて教えていただきました。6年生は、薬物乱用はダメ絶対！を胸に刻みました。



9月3日(水)	身体測定・保健教育(6年)	10日(水)	身体測定・保健教育(なかよし)
4日(木)	身体測定・保健教育(5年)	10日(水)	思春期指導(5年)
5日(金)	身体測定・保健教育(3年)	11日(木)	身体測定・保健教育(2年)
8日(月)	身体測定・保健教育(4年)	12日(金)	身体測定・保健教育(1年)

★体操服で行います。頭上にゴムやヘアピン、結び目などがないようにしてね。

## 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。

## ◆◆◆ おうちの方へ ◆◆◆

- 身体測定後、お子様を通じて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され再度学校へ提出をお願いします。
- 9月の野外活動前(5年生)と10月の修学旅行前(6年生)に「生活リズム点検カード」を実施します。宿泊行事でもお子様が元気に活動できるよう、親子で一緒に生活リズムについて再確認していただきたいと思います。どちらも当日朝、お子様に持たせてください。よろしくお願いします。