

ほけんだより 8・9月

令和7年8月 亀井小学校 保健室



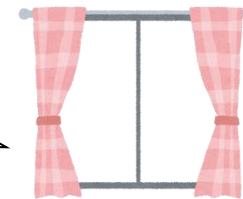
～○×クイズ～



クイズ1 すいどう 水道のじゃ口は上向きにしておいていい

クイズ2 カーテンを開けておく方が部屋の中は絶対に明るい

あゆ 冬でも？
あめ 雨の日は？



応急手当
何のためにするの？

ほ うっておいても治るのに、なんて応急手当をしなきゃいけないの？ と考えたことはありませんか。やけどをしたら流水で冷やす、鼻血が出たら小鼻を押さえて下を向く。こうした応急手当は、ケガや病気を治すための大事な一歩です。
す ぐに正しい手当をすれば、細菌が入ってひどくなるのを防いだり、痛みが減ったりして、早く治ることもつながります。もしやり方を間違える、何もしないなどすると、もっとひどくなってしまうことも。

だ からこそ「すぐにできること」を知っておくのが重要です。いざというとき自分の体を守るためにも、保健室で手当をしてもらったときなどに応急手当を少しずつ覚えていきましょう。



○×クイズの答え

クイズ1：× じゃ口は毎回下向きにもどしましょう！

じゃ口の向きが上向きになっていると…水がじゃ口にたまってしまい、そこで体に良くない菌が増えてしまうのであぶないです。

クイズ2：× 絶対ではないです！

冬のくもりの日や雨の日は、外が暗いので、カーテンをしめた方が明るくなることもあるそうです。

また、窓がわの席の人は、カーテンをあけた時としめた時の明るさの差が大きすぎるので、目がチカチカしたりすることもあります。まぶしいと感じたら、カーテンをしめましょう。

どうでしたか？ 2つとも正解できましたか？

実は先生は2つとも知りませんでした。夏休みに、薬剤師さんと学校環境衛生検査をしました。その時に薬剤師さんから教えてもらいました。みんなも覚えておいてくださいね。

ぬ だ なつ やす
抜け出せ！夏休みモード



9月の予定



はついくそくてい しんちょう たいじゅう
◎発育測定 身長と体重をはかります！

かみがた…あたま うえ
髪型…頭の上のおだんごやポニーテールは×

8/28 (木)、29 (金)	6年生
9/16 (火)、17 (水)	5年生
9/1 (月)、2 (火)	4年生
9/8 (月)、9 (火)	3年生
9/10 (水)、11 (木)	2年生
9/12 (金)	1年生

しゅうがくりようまけんしん
◎修学旅行前検診 6年生

10/7(火) 対象者は、主に問診票からの抽出になります。

がつ ほけんしつ せんせい べんきょう ほけんしつ じっしゅうせい き
★9月は保健室の先生になるための勉強をしに、保健室にも実習生が来ます。

しんどい人がいる時にはお話できませんが、見かけたら声をかけてあげてくださいね。

保護者のみなさまへ

●9月の発育測定の後、「からだのきろく」を返却します。

「からだのきろく」は、健康診断結果の一覧が載っているものです。押印のうえ、お子様に持たせてください。

☆尿検査については最終結果を、心電図（1・4年対象）は1次の結果を記入しています。