

ほけんだより 9月

令和7年 9月号
NO. 5
三芳町立三芳小学校
保健室

2学期が始まり1週間がたち、三芳小学校に元気な声が戻ってきました。暑い日もまだまだ続きますので、生活習慣を整え体調管理をしっかりして元気に学校生活を送れるようにしましょう。

2学期 発育測定



2学期の発育測定がありました。どのクラスも静かにしっかりと自分の順番を待つことができている、身体だけではない心の成長も感じることができました。「けんこうてちょう」を返却するので、4月の身長体重と比べてみてください。

～おうちの方へ～

「けんこうてちょう」を返却します。身長体重をご確認の上、2学期の欄に押印し

9月8日(月)まで学校にご提出お願いいたします。

また、成長について気になることがある場合は保健室までご相談ください。

外であそぶ時のやくそく

9月に入ってもまだまだ夏の暑さが残っています。夕方でも、少し動くと汗がにじむ気温です。三芳小の皆さんの中にも、下校後学校や近所であそぶ人も多くいます。その時にも**帽子と水筒**を持ってくるようにしましょう。遊んでいる間に身体の水分がなくなってしまうので、こまめに水分をとって熱中症を予防しましょう。

また、これから暗くなるのもだんだん早くなってきます。外に遊びに行くときは、必ずおうちの人に「だれと」「どこに」「なにをして」「なんじまで」遊ぶか伝えてから外に出ましょう。もし家に誰もいない場合でも、メモやメールなどで伝えるようにしましょう。

外出するときに伝える4つのポイント



- ・「だれと？」(友だちの〇〇ちゃんと)
- ・「どこで？」(駅前の公園で)
- ・「何をして？」(すべり台で遊んで)
- ・「何時までに帰る？」(4時30分までに帰る)

けがを^{よ ぼう}予防しよう



< 1 学期の三芳小のけが >

けがのしゅるい

- 1 位 だぼく
- 2 位 すり傷
- 3 位 目のけが

けがの場所

- 1 位 校庭
- 2 位 教室
- 3 位 体育館

けがした部位

- 1 位 足（ひざ・足首など）
- 2 位 手（手指・ひじなど）
- 3 位 頭

けがした時間

- 1 位 授業（体育以外）
- 2 位 体育の授業
- 3 位 20分休み

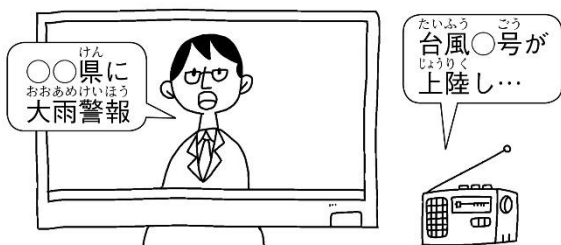
けがが多い場所や、時間などに気を付けて
ひとりひとりがけがをしない行動を心がけましょ
う！

しぜんさいがい^き 自然災害にも気を付けよう！

大雨・台風^{お お あめ たい ふう}のときは

はる なつ きゅう おおあめ ふ だ
春～夏に急に大雨が降り出すことが
あります。また、なつ あき たいふう ぼう
夏や秋は、台風で暴
ふう う おおあめ ふ
風雨や大雨が増えます。テレビやラジ
オで台風や大雨の注意をしているとき
は、できるだけがいしゅつ おくがい
は、できるだけ外出をひかえて、屋外
で大雨が降ったときは、ちか
近くのがん
じょうな建物にひなんしましょう。

とく かわ き けん
特にがけや川のそばは危険なので、
ぜったい ちか
絶対に近づいてはいけません。



かみなりが鳴っているときは^な

かみなりは、き でんちゅう たか
木や電柱などの高いも
のに落ちますが、ひと お おお
人に落ちると大きな
けがにつながります。

かみなりが鳴っているときはがいしゅつ
ひかえ、たてもの なか
建物の中にいましょう。

とう げ こう じ な
登下校時にかみなりが鳴ったとき、
たか き
高い木のそばにいと、その木に落ち
て、じんたい と うつ き けん
人体にも飛び移る危険があるので、
き
木からはなれましょう。

