



[児童数配付]

2024. 9. 2

川崎市立幸町小学校

保健室

夏休みは楽しく元気に過ごせましたか？この時期は夏の疲れと気温の差で体調を崩しやすいので、バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけましょう。また夏休み中には、地震や集中豪雨などの災害もありました。9月1日は「防災の日」でした。この機会に、改めて避難場所や防災グッズの確認ができるといいですね。

がっこう 学校で **安全** に過ごすために

学校はみんなが集まって勉強したり、運動したり、いろいろな活動を行います。多くの人がいるので、みんなが安全に過ごせるように次のようなことに気をつけましょう。

1. 階段

階段を上ったり下りたりするときにふざけたり、段を飛ばしたりすると、転げ落ちてしまう危険があります。絶対にやめましょう。

2. 曲がり角

曲がり角では向こうから人が歩いてくるかもしれません。よそ見をしたり、走ったりするとぶつかってしまう可能性があります。「誰か来るかもしれない」と予測して歩けるといいですね。

3. 廊下

どんなに急いでも廊下は走ってはいけません。廊下を走ると、人にぶつかり、すべてで転びやすくなったりします。走らなくてもいいように、時間に余裕を持って行動するようにしましょう。

4. 傘

傘を振り回したり、たたかいごっこをしたりするのは危険です。子ども用の傘でも、傘の先の部分が体や顔（特に目の周り）に当たると、大きなけがにつながることもあります。傘は雨に濡れないようにするための道具です。絶対に遊びに使ってはいけません。

以上のことに気をつけて、けがなく過ごせるようにしましょう。

10月に後期の計測を行います！

4月に身体計測を行なってから約半年が経過しました。どれだけ成長しているかを確認するために後期の計測を行います。下記の日程で行う予定ですので、実施日には体育着を忘れないようご注意ください。当日欠席者につきましては、予備日の28日（月）に行う予定です。

10月17日(木)	18日(金)	21日(月)	22日(火)
6年	5年	4年	3年
23日(水)	24日(木)	28日(月)	
2年	1年	計測欠席者	



★保護者のみなさまへ

夏休み前に配付しました「けんこうのきろく・けんこうカード」を使用します。提出がまだの方は押印の上、担任に提出をお願いいたします。

また後期計測後の「けんこうのきろく・けんこうカード」の返却は冬休み前を予定していますが、変更等がある場合は改めてお知らせします。

がっこうのきょう 9月9日は「救急の日」

9月9日は9（きゅう）と9（きゅう）の語呂合わせから「救急の日」とされています。救急とはけがをしたときに応急の手当をすることです。

けがなく安全に過ごせることが一番ですが、もしけがをしたとき、自分で応急手当はできるでしょうか？保健室へ行く前にみんなができることを紹介します。

すり傷・切り傷 水道水で洗って、土や石などの汚れを落とす

鼻血 5分以上、鼻をつまんで下を向く

やけど 水道水で30分以上冷やす

だぼく・ねんざ 走る、ジャンプするなどの無理をしないように！

大きなけがの場合は近くにいる友達や先生に助けてもらいましょう。