



川崎市立富士見台小学校

保健室

9月号

夏休みがあげて、一週間が経ちました。まだまだ夏休みの生活リズムが抜けきらず、なんとなく元気が出ない子供も多いと思います。まずは「日中に体をよく動かして、夜は早めに布団に入ること」から始めて、少しずつ学校の生活リズムにもどしていきましょう。



9月の予定 身体計測があります！

月日	学年
9月17日(火)	1年生
9月18日(水)	わかくさ
9月20日(金)	2年生
9月24日(火)	3年生
9月25日(水)	4年生
9月27日(金)	5年生
9月30日(月)	6年生

今年度2回目の身体計測を行います。当日は体育着を忘れずに、計測しやすい髪形で来てください。計測の結果は、健康の記録(黄色のカード)でご家庭にお知らせします。健康の記録を確認しましたら、担任に提出してください。

まだまだ **熱中症** に注意 ⚠️



- 水筒を持って登校しましょう
- 水筒の中身がなくなったら、学校の水道の水を足しましょう
(学校の水道の水は毎日検査をしています)
- こまめに水分補給をしましょう
- 外に出るときは、帽子を被りましょう

9月1日は

ぼうさい ひ
防災の日

9月9日は

きゅうきゅう ひ
救急の日

どこにあるか
知っていますか？



しん そう と ひと しん そう せいじょう
心臓が止まってしまった人の心臓を正常な
じょうたい もど きき でん げん い し
状態に戻すための機器。電源を入れると自
どう つか かた おし だれ あん
動で使い方を教えてくれるので、誰でも安
ぜん つか
全に使えます。



ひ じょう くち
非常口
じ しん か じ ひじょうじ たい
地震や火事など非常事態の
とき ひ なん て ぐち
時に避難するための出口。



こう しゅう でん わ
公衆電話

えき こう えん ひと あつ ぼ しょ だれ つか でん わ
駅や公園など人が集まる場所にある、誰でも使える電話。
こ ぜに せん よう の カード (テレホンカード) を入るとつか
ます。災害が起きて携帯電話がつながりにくい時でもつ
ながりやすいです。

もしもの時に備えて、学校や通学路の近くの設置場所を覚えておこう

じ こ びょうき しんそう と ひと はや ばんつうほう
事故や病気で心臓が止まってしまった人がいたときなど、できるだけ早く119番通報し、
しんばいそせい たいせつ ば ひと ゆうき こうどう いのち すく
心肺蘇生をすることが大切です。その場にいた人が勇気をもって行動することで命を救え
る確率が大きく上がります。みなさんは学校やお家の近くのどこにAEDがあるか知って
いますか。学校は、がっこう ちゅうおうしやうこうぐち かべ せっち まん いち
中央昇降口の壁にAEDが設置されています。万が一のときにAED
つか
が使えるように場所を確認しておきましょう。

ほごしゃ かた
保護者の方へ

なつやす ちゅう こども けんこうじょうたい か おお
夏休み中、子供の健康状態に変わりはないでしょうか？大きなけがや
びょうき
病気などがありましたら、がっこう までお知らせください。また、きんきゅうじ
緊急時の
れんらくさき
連絡先についてもへんこう
変更がありましたら、はや
お早めにご連絡ください。

