

# ほけんだより 9月

令和6年8月30日  
川中島小学校 保健室

夏休みがあけ、1週間が経ちました。今年は、災害級の暑さが続く夏休みでしたが、これから、まだまだあつい日々が続く予報です。日が経つにつれ、だんだんと朝晩の気温が低くなっていく季節になっていくため、季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。生活リズムを整えて、元気に過ごしましょう。

## 保護者の方へ

夏休み中に大きなけがや病気をした場合は、学校までお知らせください。また、お子さんが学校管理下においてけがをした場合は、スポーツ振興センター給付の申請対象になります。けがをしてご家庭から受診した場合は、連絡帳等で担任までお知らせください。よろしくお願いいたします。

今年度、2回目の身体測定が終了しました。9月17日（火）に「けんこうのきろく」をお返しいたします。今年度より、健康診断の結果の一覧を、左側のページに張り付けています。確認をしていただき、左下の保護者印の欄に押印をお願いいたします。ご家庭で確認できましたら、期日までに返却をお願いいたします。

けんこうのきろく回収日 9月24日（火）

## 9月9日は何の日か知っていますか？

9（きゅう）9（きゅう）と読んで「救急の日」といいます。先月のほけんだよりでは、熱中症の応急処置「FIRE」を掲載しました。今月は、けがをしたときに自分でできる応急処置「RICE（ライス）」を覚えましょう。

