

すこやか 9月

川崎市立京町小学校

保健室発行

令和8年8月31日

学校生活がスタートしました！

夏休みが終わり、学校生活がスタートしました。生活リズムは、しっかり学校モードに切り替えられていますか。9月に入っても暑い日が続くようです。夏休みモードだった体と心を少しずつ学校モードに戻していけるよう過ごしていきましょう。夏休み中に経過観察が必要な病気やけががあった場合は、担任か養護教諭にお知らせください。また、食物アレルギーなど体調に変化があった場合にもお知らせください。必要に応じて、保健調査票に加筆等していただくこともあります。ご協力よろしくお願いいたします。

学校では引き続き、熱中症対策をして生活をしていきます。熱中症予防の基本は規則正しい生活なのでご家庭でもご協力よろしくお願いいたします。



熱中症、
注意してー！



けんこうきろくカードをご確認ください！

夏休み明けの身体計測を行いました。9月2日（水）配付の「けんこうきろくカード」に計測結果が記載されています。内容のご確認と9月の欄への押印後、学校に再度ご提出していただきますようお願いいたします。学校への提出は、9月9日（水）までにお願いいたします。

保護者の方へ



9月9日は「救急の日」です！

「9（救）9（急）」の語呂合わせから、この日を「救急の日」といいます。救急とは、急に病気になった人やけがをした人に応急の手当をすることです。救急車、救急箱…「救急」という言葉、みなさんはどのくらい聞いたことがありますか？

おう きゅう
応急
て あて
手当

○×クイズ?



つぎ おうきゅう て あて ただ
次の応急手当は正しい? それともまちがっている?
○か×かで答えてね。

Q1 すりきずには、
すぐに絆創膏を
貼る。



Q2 はな ち で
鼻血が出たら、
上を向く。



Q3 つきゆびをした
ら、動かさず
に よく冷やす。



こたえ

1... ×
すい どう すい あら
(水道水でよく洗います)

2... ×
した む
(下を向き、
こ ばな つよ
小鼻を強くつまみます)

3... ○
む り
(無理にひっぱって
のばすのはダメです)