

さわやか

ゆいの杜小学校 ほげんだより 9月号

発行：令和7年9月1日 保健室

☆お家の方と一緒に読んでください。

夏休みも終わり、通常通りの学校生活が始まりました。生活習慣が崩れてしまっている人はいませんか？【早寝ね・早起き・朝ご飯】で、生活リズムを整えると、体も心も切り替えることができます。

まだまだ暑い日が続いています。「夏休みは、涼しいところで過ごすことが多かった〜!」という人は、暑さに弱くなっているかもしれません。体調が悪いときは無理をしないこと、こまめに水分補給をすることを守って学校生活を送りましょう。運動会の練習も始まります。水筒とタオルやハンカチは必ず持ってきてきましょう。



災害への備えを確認しよう！

地震、台風、洪水…災害はいつ起こるか分かりません。いつ、どのような状況で起きても、恐怖を感じたり、パニックになったりしてしまいます。そんなときに、非常用の食べ物や水、ラジオや懐中電灯などの防災グッズがあるという安心感があると、何も備えていないときよりは、落ち着いて行動できそうですね。食べ物や飲み物以外に、絵本やぬいぐるみなどがあると、心が休まるかもしれません。

9月1日は防災の日

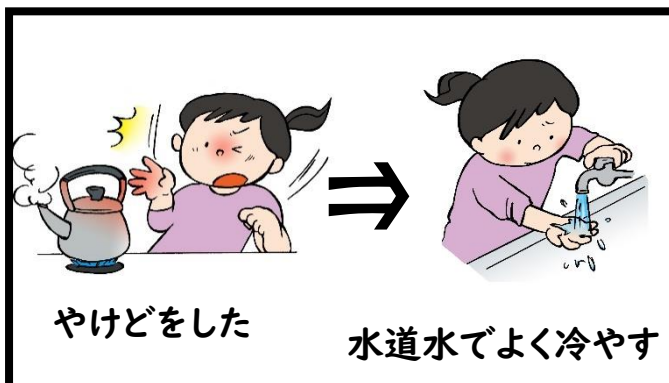
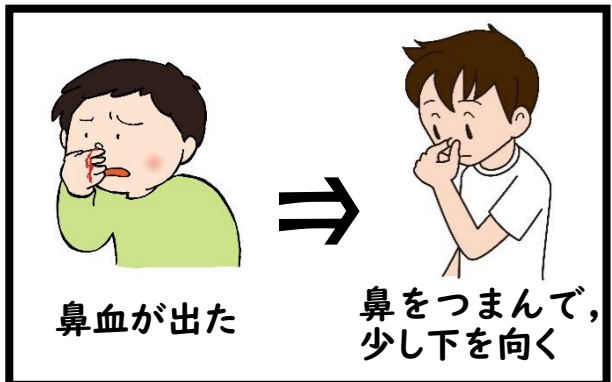
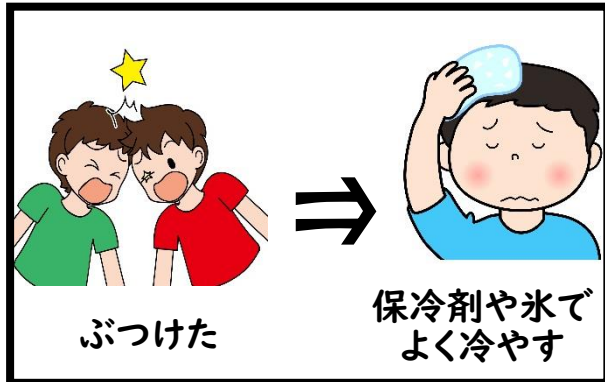
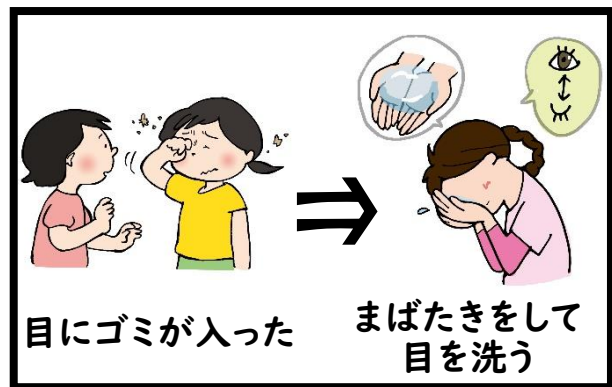
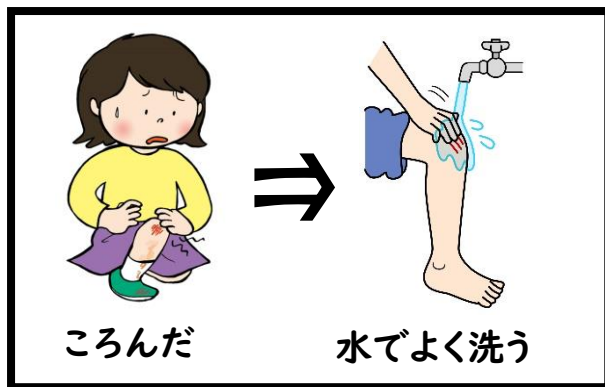


やってみよう！けがの手当て



学校生活の中で、転んだり、どこかにぶついたりして、けがをしてしまうことがあります。そんなとき、痛いからといって自分のけがの様子を見ずに、すぐに保健室来ている人はいませんか？自分でけがの様子を見て自分でできる対応はやってみましょう。

例えば、転んで出血しているときやよごれがあるときは、水道で洗うことも大切です。次のページに手当ての方法を載せました。救急の日に合わせてお家の人と確認してみましょう。



9月の健康診断予定。身長と体重を測います。



9月18日から26日まで、予定表の通りに身長と体重を測ります。結果については、後日、個人通知でお知らせしますので、お家の方と一緒に自分の成長について確認しましょう。成長が楽しみです。

9月18日(木)	1年生
19日(金)	スマイル 2年生
22日(月)	3年生
24日(水)	4年生
25日(木)	5年生
26日(金)	6年生

保健室から不要タオル提供のお願い

保健室では、皆様のご家庭で使用なくなったタオルを再利用しております。いただいたタオルは、校内の消毒や怪我の洗浄後のタオルとして使用しています。大きさ等はどのようなものでも OK です。期限等は特に設けておりませんので、適宜、お子様を通して保健室までお届けいただけたらと思います。タオルは、洗濯済みのものをご提供いただければ幸いです。処分等にお困りの場合は、ぜひ保健室までご提供ください。ご協力をお願いいたします。

ご協力をお願いします

