

ほけんだより9月

豊見城市立上田小学校 保健室 令和7年9月8日発行

こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標
よぼう
けがの予防をしよう



夏休みが明け、9月に入りました。
少しずつ夏から秋へ移り変わる頃で
はありますが、まだまだ暑い日が続き
ます。水分補給はしっかりと。熱中症
に気を付けて過ごしましょう。



みなさんは、けがをして
しまったとき、正しい手当
てができますか？クイズに
挑戦してみましょう！

応急
手当

〇×クイズ？



次の応急手当は正しい？ それともまちがっている？
〇か×かで答えてね。

Q1 すりきずには、
すぐに絆創膏を
貼る。



Q2 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... ×
(水道水でよく洗います)
- 2... ×
(下を向き、
小鼻を強くつまみます)
- 3... ○
(無理にひっぱって
のばすのはダメです)

学校で安全にすごすために



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
をします。多くの人があるので、み
んなが安全にすごせるように、こん
なことに気をつけましょう。

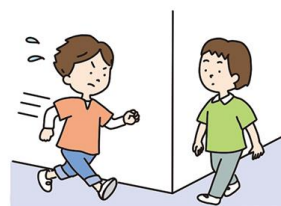
階段

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。



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
てしまうかも。「だれか来るかもしれ
ない」と思って、気をつけましょう。



ろう下は走らない

急いでいても、ろう下を走っては
いけません。ろう下を走ると、他
の人にぶつかったり、すべりやす
くなったりします。走らないでもい
いように、時間に余裕をもって行動
するようにしましょう。



かさでふざけない

かさを振り回したり、チャンバラ
ごっこをしたりするのは危険です！
子ども用のかさでも、かさの先の部
分が体や顔（特に目の周り）に当た
ると、大きなケガになることもあ
ります。かさは、雨にぬれないよう
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。



保護者の方へ

まだまだ暑い日が続きます。熱中症予防のためにも、子どもたちの生活習
慣を整えて、健康管理のサポートをお願いいたします。ときどき、水筒を忘
れて登校する児童がいるので、忘れずに持たせるよう、お願いいたします。

健康診断後の受診報告書や学校で怪我をした際にお渡ししている災害
共済給付の書類が手元にある場合は、早めに提出をお願いします。

お待ちしております



健康診断からの...
受診報告書

災害共済給付のための...
医療費申請書類