

9月すまいる

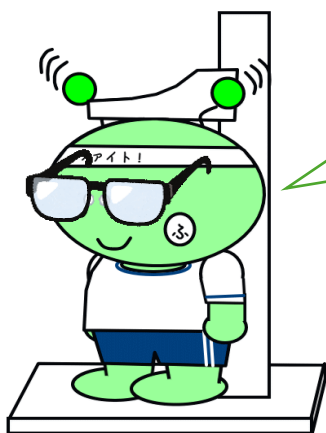
東海市立富木島小学校 保健室

令和8年9月 No.5

身体測定と視力検査を下の表の日程で行います。

4月にくらべてどのくらい成長したか、おうちの人と確認してみてくださいね。

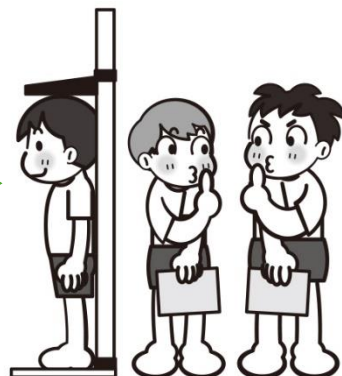
	8/31(月) なつやす 夏休み	9/1(火) しぎょうしき 始業式	9/2(水)	9/3(木) ぶんじゅう 40分授業	9/4(金)
1時間目			6-1	2-1	5-1
2時間目			3-1	2-2	
3時間目			3-2	4-1	
4時間目			4-3	2-3	5-2
	9/7(月)	9/8(火)	9/9(水)	9/10(木) ぶんじゅう 40分授業	9/11(金)
1時間目	5-3	1-1	6-2		
2時間目	3-3	1-2			
3時間目	4-2				
4時間目	あおば	6-3			



たいそうふく はか
体操服で測ります。

めがねがある人は持ってきてください。

ほか こ はか
他の子が測っているときは、
しずかに待ちましょう。



がつ ほけんもくひょう
9月の保健目標は、「安全な生活を送ろう」です。

なつやす たの
夏休みは楽しくすごせましたか。

また、安全に生活することはできましたか。

がつ がっこう はじ こころ からだ
9月は学校が始まり、心も体もつかれやすい時期です。

つかれていると、安全かどうか判断することがむずかしくなります。

じぶん ひと まも
自分とまわりの人を守るために、安全な生活を送りましょう。

がつ ほけんもくひょう
9月の保健目標
あんぜん せいかつ おく
安全な生活を送ろう



こんなことはしていませんか。



きけんです！
ぜったいにやめましょう！

+ 応急手当のいろ
応急手当のいろ

友だちがケガをした！
どうする!?

大変です！ 友だちがケガをしました！ あなたが応急手当をして、友だちを助けてあげてください。正しい応急手当ができれば、痛みを和らげたり、回復を早めたりすることができます。

吹き出しに正しい応急手当を表す
セリフを入れましょう

すりむいた！



どっちかな？

- ① 保健室から消毒液を借りてくる！
- ② 水で洗って傷口をきれいにしよう

正解 ②

傷口に砂などがついたままだと、ばい菌が入って悪化する可能性があります。消毒液は傷を治す細胞を壊してしまう場合があるため、無理に使わなくても良いです。まずは流水で砂などを洗い流して清潔にしましょう。



ねん挫した！



どっちかな？

- ① 冷やして、無理に動かさないようにしましょう
- ② 肩を貸すから、急いで保健室まで行こう！

正解 ①

ひねった時は、関節を支える靱帯などが傷ついた状態です。骨折している可能性もあります。無理に動かすと、痛みが強くなったり治りが遅くなったりします。安静にさせ、氷水などで冷やして痛みや腫れを和らげましょう。



血が出た！



どっちかな？

- ① 傷口を洗って、ハンカチで押さえよう！
- ② 傷口に触らないように、血をふき取ろう！

正解 ①

まずは水で洗い、傷口にばい菌が入らないようにします。その後、清潔なハンカチなどで5分以上、血が止まるまで強く押さええます。血液は高いところから低いところに流れやすいため、傷口を心臓より高く挙げると止まりやすいです。

