

ほけんだより 9月

〈おうちの人と一緒にみください〉

2024/9/2

9月の保健・安全目標

- 生活のリズムを整えよう
- 運動時の安全に気をつけよう

川原小学校保健室／喜友名千穂

2学期の身体測定結果★速報★

8月28日(水)に2学期の身体測定が終わりました。

身長→平均で「2.20cm」伸びて、体重→平均で「1.27kg」増でした。



1学期と比べて特に身長が伸びた児童を紹介★

- | | | | |
|----------|---------|----------|---------|
| ◎入口一晟さん | 4.2cm ↑ | ◎當銘桜羽さん | 3.6cm ↑ |
| ◎石垣吏琥さん | 3.9cm ↑ | ◎當銘美咲さん | 3.4cm ↑ |
| ◎石垣善来さん | 3.1cm ↑ | ◎白井ルナさん | 2.9cm ↑ |
| ◎添盛浩太郎さん | 2.8cm ↑ | ◎佐久川紗那さん | 2.4cm ↑ |

心とからだの成長には個人差があります

みなさんの顔や性格、好きなことや得意なことなどはそれぞれちがいますね。心とからだの成長にも「個人差」があって、急に大きくなる子、ゆっくり大きくなっていく子、さまざまです。自分と周りを比べず、たっぷりと睡眠をとって、規則正しい生活習慣を意識してすごしましょう。



救急とは、急病やけがの応急手当てをすることです。大きな病気やけがだけでなく、すり傷、切り傷の手当ても「救急」の仲間です。自分がけがをした時の応急手当をしっかり覚えましょう。保健室でも掲示しているので、見に来てね★

<p>ボールがあたった</p> <p>➤ ビニール袋に氷を入れて冷やす</p>	<p>目にゴミが入った</p> <p>➤ 洗面器に水を入れてまばたきをする</p>	<p>足首をひねった</p> <p>➤ 安静にして冷やす</p>
<p>ひざをすりむいた</p> <p>➤ 傷口の汚れを洗い流す</p>	<p>鼻血が出た</p> <p>➤ 小鼻をつまんで下を向く</p>	<p>ゆびを切った</p> <p>➤ 清潔なガーゼやハンカチをあて、おさえる</p>

おしらせ

新型コロナウイルス感染症について
季節性インフルエンザと同様に、陰性証明書等を提出する必要はなく、医療機関等が発行する検査結果や治療証明書などの提出も求めません。
学校から配布される回復届を提出してください。よろしくお願ひします。