



8・9月

がつ ほけんもくひょう
8・9月の保健目標
せいかつ せいかつ
生活リズムを整えよう!

植水小学校保健室

9月1日は防災の日です。地震などの災害はいつ起こるかわかりません。家族が別々の場所にいた時のために、避難場所や連絡手段を決めておきましょう。この機会に家族で話し合っ、いざという時に備えましょう。



8・9月の保健行事

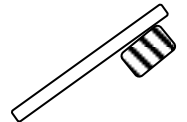
8月28日(木) 発育測定、4・5・6年生
29日(金) 発育測定、1・2・3年生

9月 2日(火) 発育測定、えがお
9日(火) 歯科巡回指導、5年生



2学期も歯みがきをがんばりましょう!

- 夏休みの歯みがきカレンダーはしっかりと取り組めましたか? まだ提出できていない人は、必ず提出してください。
- 給食後の歯みがきは、ていねいにみがきましょう。
歯ブラシの毛先が広がるとみがいているつもりでも、毛先が当たってなくて、みがけていません。時々チェックして、新しい歯ブラシに取り替えてください。



生活リズムの基本はやっぱり



※体内時計を整えるために、朝は光をあびて起きるようにしましょう。早く学校の生活リズムを取り戻そう!

さいたまPUSH 講習会 参加者募集

【親子で・友達と一緒に学ぶ救命講習会】

日時 : 令和7年9月23日(火・祝)
10月12日(日)
11月24日(月・振休)
12月28日(日)
令和8年1月18日(日)

場所 : さいたま市立中央図書館(浦和PARCO 8階)

参加費: 無料 参加者全員にPUSH講習会終了カード、参加終了記念品、AED 教本、を1つずつプレゼント

▼申し込みはこちら



ここにも!!



がっ こう ない

学校内にひそむ



けが・事故のキケン

学校ではいろいろな場所でけがが起きます。これを少しでもへらしていくためには、まず、どこで起こりやすいのかを知っておくことが大事。たとえば、体育館やグラウンドは体育や運動、遊びで体を動かすところなので、やはりけがが多くなりますね。また、ほかには、こんなところがあげられます。



⚠️ ろうかの曲がりかど



⚠️ かいだん



⚠️ 出入り口（とびら）

こうした場所でのけがは、一人ひとりが「向こうからだれか来るかも」「走ってころんだら…」と、少し気をつければ、へらすことができるはず。

保護者の方へのお願い

緊急連絡先が変更になった場合は、お知らせください。

お子さんが急に発熱したり、けがをしたりした場合は、保護者の方のお迎えや病院移送のために、学校から連絡することがあります。迅速な対応が必要な場合もありますので、必ず連絡が取れるようにご協力ください。

勤務先や携帯電話が変わり、連絡先が変更になった場合は、速やかに担任までお知らせください。

※ 発育測定後「成長の記録」を持ち帰ります。お子さんの成長の様子をご覧になりましたら、2学期の欄に㊟を押して、学校へお返してください。

※ 夏休み中に大きなけがや病気などで心配や気になることはありませんか？新学期のスタートがよい状態で切れるように、学校ではいつでも相談できます。小さなことでもお聞かせください。

※ 夏休み中に眼科や耳鼻科、歯科等の治療が終わった人は、健康診断結果のお知らせ用紙を提出してください。とくにむし歯については、自然に治ることはありません。放置しておくとならば進行・悪化し、治療も簡単には済まなくなってしまうので、できるだけ早く治療を完了し、健康診断結果のお知らせ（ピンク色）を提出してください。

