



令和7年9月1日
一宮町立東浪見小学校
保健室

長い夏休みが終わり、学校が始まりました。休み明けは生活リズムに体が慣れないため、体調をくずしたり、なんとなく気が重かったりと心身の不調を感じやすい時期でもあります。暑い日が続きますので、お子様が元気に学校生活を送れるよう、早寝・早起き、朝ごはんを習慣化していただきますようご協力をお願いします。



9月の保健行事予定

検査名	検査日	対象者	検査についてのお願い等
身体計測	4日(木)	全学年	○髪は頭頂部で束ねずに、低い位置でまとめてください。 ○結果は、後日お知らせします。
修学旅行前検診	9日(火)	6年生	○体操服で行います。
血圧・腹囲測定 (小児生活習慣病予防検診)	16日(火)	4年生の希望者	○一宮町福祉健康課の保健師さんが血圧測定、養護教諭が腹囲測定を行います。 ○体操服を忘れずに持ってきてください。

※小児生活習慣病予防検診についての詳細は、該当学年に文書を配付します。

◎夏休み中に定期健康診断後の受診・治療を済ませたお子様がいましたら、治療済み報告書の提出をお願いします。

受診・治療を済ませたが、用紙を紛失してしまった場合は、担任に治療が終了したことを連絡帳等でお知らせください。

フッ化物洗口が始まります

9月25日(木)より、1・2年生の希望者を対象に、フッ化物洗口を開始します。9月12日(金)には、フッ化物洗口実施前のブラッシング指導を歯科衛生士を招き行います。

フッ化物洗口って？

フッ素(フッ化物)を含む洗口液でブクブクうがいすることで、むし歯を予防する方法です。むし歯から歯を守り、歯を丈夫にしてくれる効果があります。



自分でできる応急手当



児童のみなさんも読んでみよう。

みなさんは、けがをしてしまったとき、自分で応急手当ができますか？けがの状態が悪くなるのを防ぎ、さらに、治りを早めることができます。いざというとき、自分で応急手当ができるといいですね。よくあるけがの手当を紹介します。

ねんざ	すりきず	はなぢ
		
うご動かさないようにして冷やそう	すいどうすい水道水でよく洗おう	こばな小鼻をおさえて下を向く

※自分以外の人の血液は触らないようにしましょう！

AED知っていますか？



せっちばしょ
AEDの設置場所は…

ほけんしつ
保健室グラウンド
でいりぐち
出入口

AEDとは、心臓がけいれんして血液を送れなくなったときに、電気ショックを与え心臓の動きをもとに戻すためのものです。AEDは医療器具ですが、一般の人にも使うことが認められています。音声ガイドのとおり操作するので、簡単です。



自分のところ大切にしていますか



夏休みが明けましたが、心がモヤモヤしてしている人はいませんか。辛いとき、悲しいとき、怒っているとき、一人で悩まず先生たちにお話ししてみませんか。人に話すと悩みが整理されて、心がスッキリすることがあります。また、保健室には読むと心が軽くなる本を置いてあります。来室したときに、手に取って読んでみてください。心がスッキリするかもしれませんよ

