

9月保健だよ

さいたま市立河合小学校
保健室
令和7年8月27日(水)

なが なつやす お
長かった夏休みが終わりましたね。みなさんは、どんななつやす す
過ごしましたか。

さて、今日から2学期がスタートしました。2学期は遠足や、校外学習、運動会、修学
旅行に音楽会など、様々な学校行事が予定されています。まずは、「休みモード」から「学校
モード」へ切り替え、生活リズムを整えていきましょう。

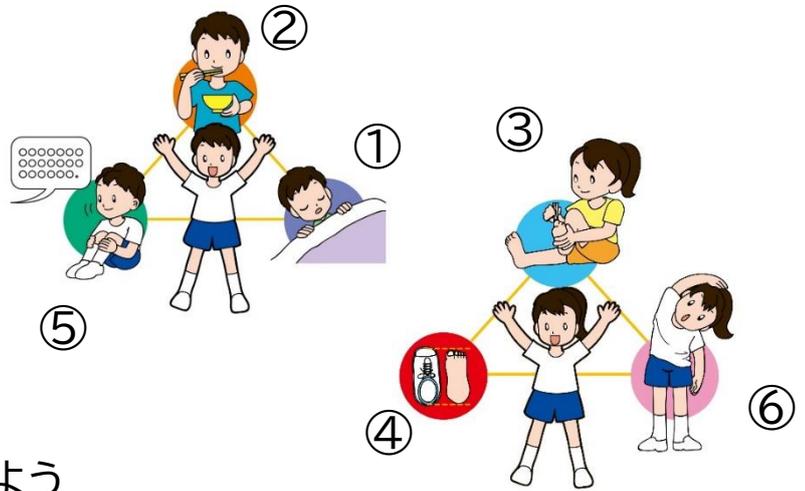
そして、9月になってもしばらく暑い日が続きます。引き続き、熱中症への注意が必要
です。暑さ対策をしっかりと行い、元気に学校生活を送りましょう。

9月保健目標

けがをしないように 気をつけよう

けがを**予防**の6つのポイント

- ① 十分な睡眠をとろう
- ② 食事をしっかりとろう
- ③ 足の爪を切ろう
- ④ 自分にあつた靴を選ぼう
- ⑤ **先生や大人の話を
しっかりと聞こう**
- ⑥ 運動前には準備運動をしよう



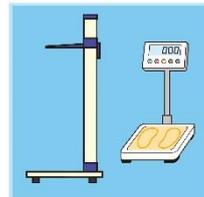
河合小学校 **けが** MAP

保健室前廊下に、『河合小学校のけがMAP』が掲示されている
こと、みなさんは知っていますか？このけがMAPは、「どこで
(場所)」「だれが(学年)」「どのような(けがの種類)」など、けがの
発生状況が分かるようになっています。

毎週木曜日に児童健康委員会の人たちが更新しています。みな
さんもけがMAPを見て、けがの予防につなげていきましょう。



8・9月の保健行事・お知らせ



- 8月27日(水) 夏休み歯みがきカレンダー提出日
- 9月1日(月) 発育測定 1時間目: 5、6年生 2時間目: 3、4年生
- 9月2日(火) 発育測定 1時間目: 1、2年生 2時間目: すまいる学級
- 9月11日(木) 歯科健診 全学年

※朝食後、しっかり歯みがきをしてから登校しましょう

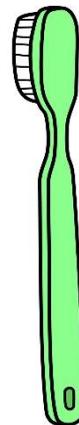
学校歯科巡回指導 5年生

課題: 『歯みがき名人になって健康な歯肉をつくろう』

～「みがいている」から「みがけてる」へ～

指導者: 歯科衛生士 小池田 幸子 様

9月30日(火) 「明日も進む いのちの日」



保護者の皆様へ

〈「いのちの支え合い」を学ぶ授業〉

1学期に4、5年生を対象に「いのちの支え合い」を学ぶ授業を実施しました。発達段階に応じて、相談することの大切さについて学びました。授業の様子を一部紹介します。

4年『友達の助けになろう』

事前アンケートで「友だちが悩んだり、困ったりしていることに気づいたことがありますか」の問いに、68%の児童が「はい」と回答。この学習では、友だちが悩んでいる場面を見かけた時“どんな言葉がけをしてあげられるとよいか”考え、発表し合いました。そして、授業の最後に、養護教諭とロールプレイで実践してみました。



5年『悩みと上手につき合おう』

身近な悩みを提示し、その悩みの解決方法についてグループで話し合い、それぞれの意見を発表し合いました。また、保健室で実際に対応した事例なども紹介しました。この学習を通して、「悩みを解決する方法がある」「相談することは大切である」「様々な相談先がある」ことについて学ぶことができました。



〔「けんこうのカード」について〕

2学期の発育測定終了後、「けんこうカード」を配付します。お子さんの成長をお子さんと一緒にご覧いただき、成長の記録(グラフ)に記入をお願いします。「けんこうカード」は学校で保管しますので、表紙に押印後、担任へ提出ください。

〔定期健康診断「結果のお知らせ」の提出のお願い〕

定期健康診断の結果、各検診・検査の「結果のお知らせ」がお手元にあり、夏季休業期間中に医療機関での受診を済まされた方は、「結果のお知らせ」を担任へ提出ください。