

令和８年９月１日
小平市立小平第十五小学校
校　長　　深野　義法
養護教諭　　後藤　　碧

長い夏休みが終わり、こどもたちの元気な声が学校に戻ってきました。まだ厳しい暑さが続くなか、９月末からは運動会の練習が始まります。体調を崩したりけがをしたりしやすい時期なので、家庭でも十分な睡眠・食事・水分補給を心がけていただければと思います。保健室からも、こどもたちの健康をしっかりサポートしていきます。

また、夏休み中に大きなけがや病気で体調を崩された場合には、学校までお知らせください。

夏休み、治療はすすみましたか？

１学期の健康診断で見付かった病気やむし歯、ふだんは忙しくて･･･というご家庭も、夏休みを利用して、病院に行って少しずつ治療ができたのではないかと思います。２学期は運動会などの行事がありますので、日々の生活を元気に過ごすためにも、できるだけ早く病院を受診していただければと思います。

また、治療が終わりましたら、学校からお渡ししている「受診のおすすめ」に治療結果をご記入いただき、学校にご提出をお願いします。

身長と体重の計測をします

全学年９月中に測定し、「発育のようす」にて結果をお知らせする予定です。ぜひ、身長の伸びや体重の増減など、お子さまと４月からの成長を確認してみてください。

確認後はご家庭で保管をお願いいたします。返却の必要はありません。

９月の保健行事

日付	学年	内容	持ち物
９/３（木）	１年	身体測定	体育着
９/４（金）	２年	身体測定	体育着
９/７（月）	３年	身体測定	体育着
９/８（火）	４年	身体測定	体育着
９/９（水）	５年	身体測定	体育着
９/10（木）	６年	身体測定	体育着

※身体測定の際は、測定の妨げとなるような髪型は避けるようお願い致します。

9月の健康目標

応急手当の方法を知ろう



２学期は運動会があります。これから運動会の練習がはじまり、いつもよりもけがをすることが増えるかもしれません。自分でできるけがの手当てついてほけんだよりにのせました。ぜひ、読んでみてください。

けがをしたときは



すり傷



水道水でよく洗う

やけど



水道水でよく冷やす

ねんざ・だぼく



動かさないようにして冷やす

目にゴミが入ったとき



水の中でまばたきして洗う

切り傷



清潔なガーゼを当てて押さえる