

ほけんだより 9月

令和7年9月1日

お子さんと一緒にお読みください

柳崎小学校 保健室

みなさん夏休みはどのように過ごしたでしょうか？お盆が過ぎても厳しい残暑が続いており、まだまだ熱中症が心配されます。寝不足だったり、朝食を食べないで登校したりすると、熱中症になるリスクが高まります。夏休みで生活リズムが乱れてしまった人は早寝早起き朝ごはんのリズムを取り戻して元気に学校生活が送れるようにしていきましょう。

9月保健行事

発育測定

9月3日・4日・5日・8日に行います。

詳しい日には各学級で配られる週予定でご確認ください。

●健康カードについて

9月11日（木）に健康カードを配布します。

身長・体重を確認していただき、2学期の欄に押印し9月16日（火）までに学校へ提出してください。



発育測定の日、髪の毛を頭の高い位置で結ばないようにしてください。

脊柱側弯症検診（5年生）

9月12日（金）9：45～11：15頃までの予定

詳細は後日配られる「ほけんだより 健康診断号」をお読みください。

宿泊学習前内科検診（6年生）

9月30日（火）13：30～

修学旅行前の臨時内科検診を行います。

※健康面で心配なことがある方は、主治医に相談し、持参薬などのご準備をお願いします。

また、薬を持参する人は自己管理できるように薬の飲み方について確認をしておいてください。薬は友達にあげたり、もらったりすることはできないので気を付けてください。

薄手の下着（タンクトップやキャミソールなど）を必ず着てきてください！！

9月の保健目標

早ね・早起き・朝ごはんで生活リズムを整えよう

抜け出せ！夏休みモード

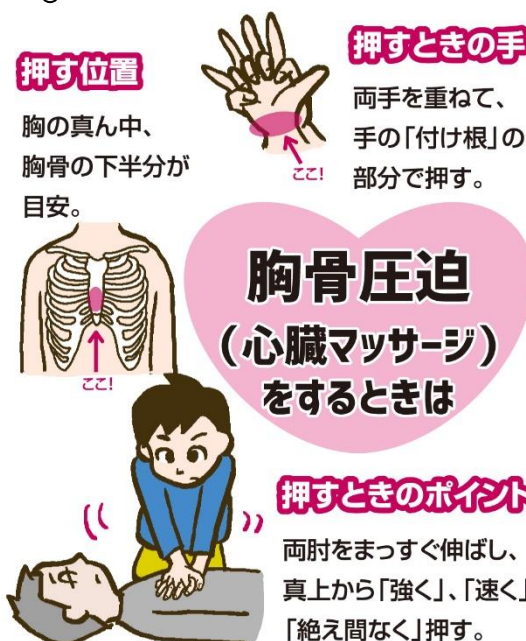


～2学期 生活リズムを整えようカードの取組について～

期間…9月28日（日）～10月4日（土）

提出日…10月6日（月）

9月9日は救急の日 ～胸骨圧迫とAED～



学校のAEDは
ここにあります



1F保健室前ろうか
3F体育館入口前



学校内の設置場所だけでなく、自宅の近所や通学路ではどこにAEDがあるのかを知っておくと、いざというときに役立ちますよ！