



れいわ ねんど がつごう
令和7年度9月号

かいじんみなみしょうがっこう
海神南小学校

ほけんしつ
保健室

ほけんだより

なが なつやす お がっこうせいかつ
長い夏休みが終わり、学校生活がスタートしました。夏休みはゆっくり過ごせましたか？

ひさ ひさの学校で疲れている人や眠たい人もいるかもしれません。すぐに学校モードに切り替えるの

はなかなか難しいですが、少しずつ生活リズムを戻して元気に学校生活を送れるようにしましょう！

がっ 9月の保健行事

ひづけ 日付	ないよう 内容	たいしょうがくねん 対象学年	きをつ 気を付けること
9/2(火)	しんたいそくてい 身体測定	なのはな・1・2・ 3年	・たいそうふく わす ・体操服を忘れずに持ってきてください。 ・かみ なか ひと わす ・髪の長い人は結んできてください。(後頭部 や頭頂部では結ばない)
9/4(木)		4・5・6年	

しんたいそくていしゅうりようご けんこう
身体測定終了後に健康カードをお渡しします。

うち ひと いっしょ じぶんじしん せいちょう かくにん
お家の人と一緒に自分自身の成長を確認してみましょう。

なつやす ちりょう お 夏休みに治療は終わりましたか？

なつやす ちゅう ば ちりょう びょういん じゅしん す
夏休み中に、おし歯の治療や病院の受診は済んでいますか？終わっている人は、受診報告書を担任の
せんせい ていしゅつ
先生に提出してください。

まだ終わっていない人は、早めに受診するようにしましょう。

※受診報告書を紛失した場合は、連絡帳等でご連絡ください。



がっ にち きゅうきゅう ひ 9月9日は救急の日

みなさんはけがをしたとき、正しい手当てをすることができますか？

ほけんしつ くる まえ じぶん て あての仕方について知っておきましょう。

すり傷

すぐに水道水で、傷口をきれいに洗い流します。

切り傷

傷口に清潔なハンカチやタオルを当てて、強く押さえ、圧迫して止血します。

傷口を心臓よりも高くすることでも、止血の効果がります。

鼻血

下を向き、小鼻の部分の人差し指と親指でつまんで圧迫して止血します。

なかなか止まらないときは、鼻の上部を冷やすのも効果的です。

おほ べんり ほんごう 覚えておくと便利な番号

110番や119番以外にも、役立つ番号はいろいろあります！

#8000 ← しょうにきゅうきゅうでん わそうだん
小児救急電話相談

きゅうじつ やかん きゅう こ びょうき
休日・夜間の急な子どものケガや病気について、小児科医から緊急度の判断などの
しょうにかい きんきゅうど はんだん
アドバイスを受けられます。

189 ← じどうそうだんじょうきょうつう
児童相談所共通ダイヤル

ぎゃくたいつうほう ばんごう
虐待通報の番号として知られていますが、
こそだ そうだん
子育てについての相談もできます。

#7119 ← ちばけんきゅうきゅうあんしんでん わそうだん
千葉県救急安心電話相談

びょういん い きゅうきゅうしゃ よ まよ
病院に行くか、救急車を呼ぶか迷ったとき
かんごし そうだん おう ひつよう ばあい いし
に看護師が相談に応じ、必要な場合医師
てんそう
に転送してくれます。

171 ← さいがいようでんごん
災害用伝言ダイヤル

さいがい じ りよう こえ でんごんばん
災害時に利用できる声の伝言板です。