

保健だより

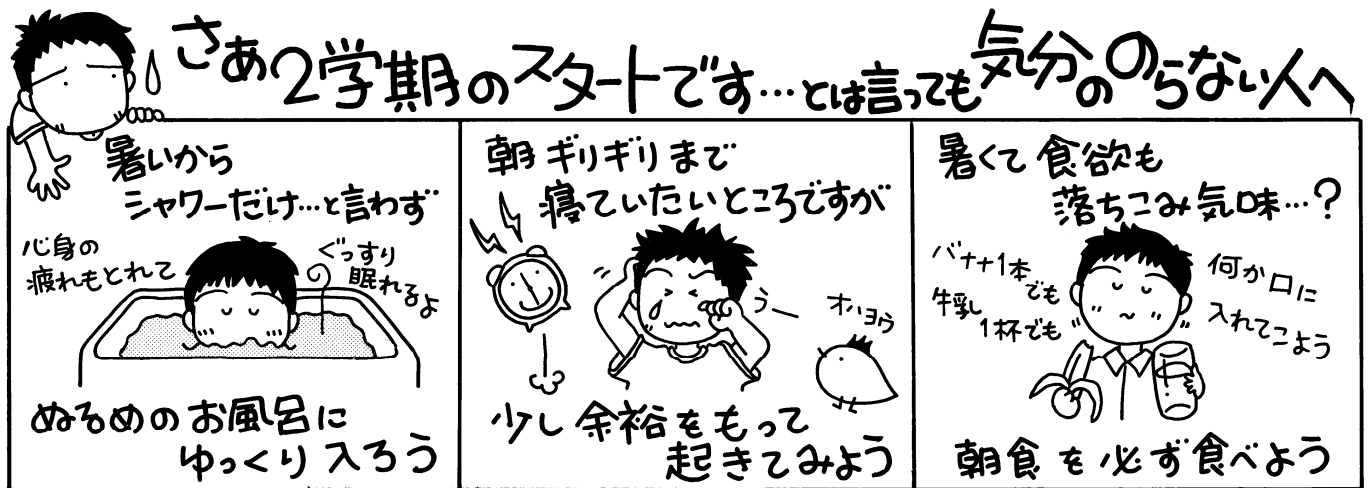


H26. 9. 5 物部中学校 保健室 (No.8)

夏休み明けは、暑い、忙しい！台風注意！！

みなさん、充実した夏休みを過ごすことができましたか？長かった夏休みも、とうとう終わってしまいました。「もっと休みがほしい～」という声が学校中から聞こえてくるかのように、早めに夏休み気分をリセットしたいものです。

明日はいよいよ運動会です。暑さも残る中での実施になりそうです。練習の成果をじゅうぶんに発揮できるよう、体調を整えて臨みましょう。



—9月の保健行事—

身体計測

月 日	曜日	実施時間	該当学年
9月9日	火	昼休み	1の1
10日	水	昼休み	1の2
12日	金	昼休み	2の1
16日	火	昼休み	2の2
17日	水	昼休み	3の1
19日	金	昼休み	3の2

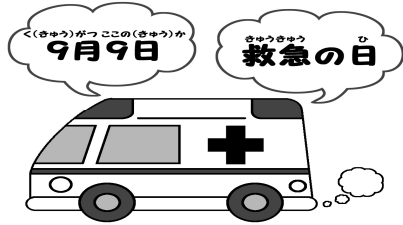
※服装:半そで・短パン

※髪型に気をつけましょう。(とくに女子生徒)

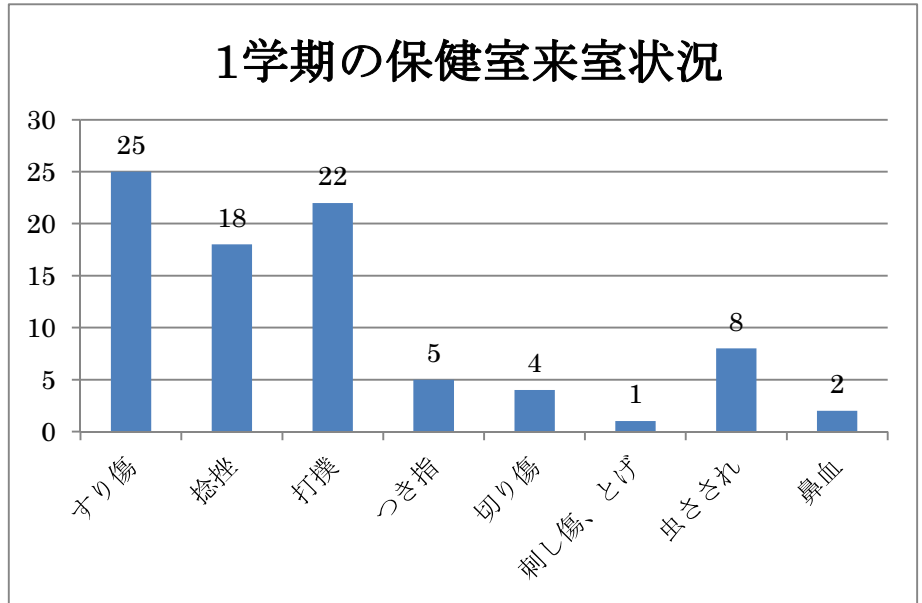
保護者の方へ

長い夏休みも終わりました。お子様は、病気・けがなどせずに、元気に過ごせたでしょうか。

そして、夏休み前にお子様の健康診断の結果を随時お知らせさせていただきました。夏休みを利用して、病院を受診していただき、治療が済んでいた場合、用紙を学校に提出していただきたいと思います。よろしくお願ひします。



保健室への来室でもっとも多かったのは、すり傷でした。
ほとんどの人は自分で洗ってから、来室できています。しかし、けがをしてそのまま何もせず来室する人もいます。



けがをしたときは、まず自分でできることを行ってから（ファーストエイド）来室するようにしましょう。それが、けがを悪化させずに、早く治すポイントになります！！

ケガをしたとき自分でできる 3 つのこと

洗う

- 傷口の汚れを落とす
- 目に入った薬品など

冷やす

- だぼく、ねんご、つき指
- やけど

押さえる

- 出血がひどいときは、清潔なハンカチなどで
- 鼻血は うつむき気味にして、鼻の上の部分

まちがいさがし(今回も7つあります)

