ほけんだより

常総市立飯沼小学校

今和6年9月2日発行



2学期が始まりました。复休み、のんびり過ごせましたか。

まだまだ日ず。は暑い日が続きますが、岁芳になると、嵐に秋の気配を懲じたり、虫の声が聞こえてきたりするようになりました。复休みモードは切り替えて、生活リズムを整えて、徐む ざむ 学校モードに美していきましょう。



9月の健康診断の予定

9月3日(火)・・・身体測定(I~3年生)

4日 (水)・・・身体測定 (4~6年生)

^{ここのか} (月) ・・・衛生検査

30首(月)・・・学校保健委員会

- 〇身体測定は体操服の半袖半ズボンで行います。髪をしばる場合には、頭の上や後ろでしばらないようにしてください。
- 〇衛生検査は、つめ、ハンカチ、ティッシュ、朝の洗顔 と歯みがき、名札の6項目を調べます。ハンカチ・ティッシュは、忘れずに毎日きちんともってこよう。

保護者の方へ

- ★暑い日が続いています。 | 学期に引き続き、水 筒の持参をお願いします。汗をたくさんかくお 子さんは、ハンカチとは別に汗ふきタオルや着 替えの準備もお願いします。
- ★夏休み中に眼科や歯科などを受診し、治療が済んだお子さんも多いかと思います。治療が済んだ場合は、"受診報告書"を提出してください。"受診報告書"は治療が済んだ後に保護者の方が記入し、学校まで提出していただくものです。学校ではそれを確認して、受診が済んだものです。学校ではそれを確認して、受診が済んだものとして扱っています。受診が済んでも思います。お手数をおかけしますが、治療を勧めるお便りを繰り返し出してしまうことになります。お手数をおかけしますが、治療を終えてからの報告をお願いします。

9月1日、9月9日は何の日?

9月1首は「防災の台」です。管さんが生まれるずっと前、1923年の9月1首に関東大震災という笑きな地震が起きました。この地震では、たくさんの家が遠れたり、多くの人がけがをしたり亡くなったりしました。災害の怖さを忘れないよう意識を高めるために 1960年に防災の台として制定されました。

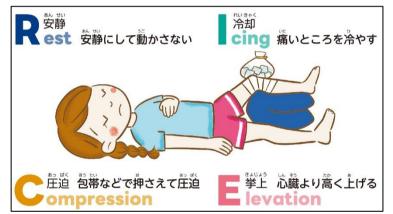
9月99日は「穀蔥の日」。穀蔥とは、蔥に大変なことが起こった時にそれを助けることをいいます。蔥に病気になった人やけがをした人に忘蔥の手当てをすることも含まれます。

けがや災害から「自労」や「相手」を替るために、準備をしたり普段から繰り筵し夢んで知識を蓄えておくことが大切です。いざというときに、荷もできなかった

…ということがないように、意識しておきましょう。



打撲や捻挫をしたときに、漏みや腫れを∳なくする応急が見ってす。 質えておこう。







災害時に必要な水の量はどれくらい? ^

大きな地震が起こると、水道管が壊れてしばらく水道が使えなくなることがあります。災害時に備えて、生活に必要な水を備蓄しておきましょう。



手を洗う、トイレを 流す、食器を洗う時 などに使うが、

いずれも賞味期限の疑い20ペットボトルを購入し、1年間など期限を決めて保管するのがオススメ。期限が迫ったら飲用・生活用水として利用し、質い替えましょう。

ぜひできるところから やってみてください