

お子様と一緒に読んでください。

ほけんだより 9月

令和7年9月1日
練馬区立泉新小学校
校長 山岸 史子
養護教諭 田代 鈴花



9月9日は救急の日です。応急手当の確認やご家庭での医療用品の備蓄など、見直す機会にしましょう。



今日から2学期が始まりました。どんな夏休みを過ごしましたか？保健室では夏休みの間に片づけや掃除をしてみなさんを気持ちよく迎えられるように準備をしました。夏休みが終わっても暑さは続きそうです。無理せず自分のペースで心と体を学校モードに切り換えていきましょう。



抜け出せ！夏休みモード



寝る前のスマホやゲームはやめて早く寝る



早く起きて日光を浴びる



朝ごはんをしっかりと食べる

9月は身体計測を行います！

- 3日(水)6年生
- 4日(木)5年生
- 9日(火)2年生
- 10日(水)1年生
- 11日(木)4年生
- 12日(金)3年生



体育着を忘れずに！

計測前に、10分程のミニ保健指導を予定しています。

後日、4月からの成長を記録した計測結果をお配りします。計測日に体調不良等で欠席場合は、別日に測定します。

3つの正しい応急手当がわかるかな？

すりきず だぼく はなぢ



泉新小学校でも多いこの3つのケガ。きっと答えがわかる人が多いはず。

答えは…

保健室前の廊下に貼ってあります！

消毒はしません

正しく使えていますか？ モイストヒーリング用の絆創膏

傷が早くきれいに治ると言われている、傷口を乾かさないためのハイドロコロイド素材の絆創膏。便利ですが、使い方によっては危険もあります。

汚れたまま貼るのはNG

傷口はきれいに洗ってから貼りましょう。汚れが残っているまま密封すると、菌が繁殖してしまうことも。

端が剥がれてきたら貼り替える

おうちで貼ってきた絆創膏が剥がれているのを時々見かけます。端が一定以上剥がれると菌が入って感染の危険も。

2歳以下の乳幼児は対象外

乳幼児に対しての安全性は確立されていません。使用するのは3歳以上になってから。



保護者の方へ

ご家庭で貼ってきたハイドロコロイド素材の絆創膏の端から浸出液が出てきて、保健室にくるお子さんがいます。保健室ではハイドロコロイド素材の用品は用意していませんので、上からガーゼで保護します。その状態で帰宅されましたら、清潔にしてから新しいものに貼り換えるようお願いいたします。



春の健康診断後の受診結果が保健室に届いていないご家庭には、7月の個人面談などで担任から受診状況の確認をさせていただきました。夏休み中に受診していただきありがとうございました。提出がない場合、また10月ごろに受診の確認をさせていただきます。よろしくお願いたします。