ほけんだより 9月

香取市立竟成小学校
令和８年９月９日発行

学校生活が始まって１週間が過ぎ、まだ暑い日もありますが、少しずつ秋の気配も感じられるようになりました。休みモードから学校モードへの切り替えはできましたか。早寝早起きを心がけ、元気に学校生活を送りましょう。

９月のほけんもくひょう　**けがを予防しよう**

けがをしたとき、保健室に来る前に自分でできる応急処置（応急手当）があります。自分でできる応急処置を覚えておくと、いざと言うときに役に立ちます。

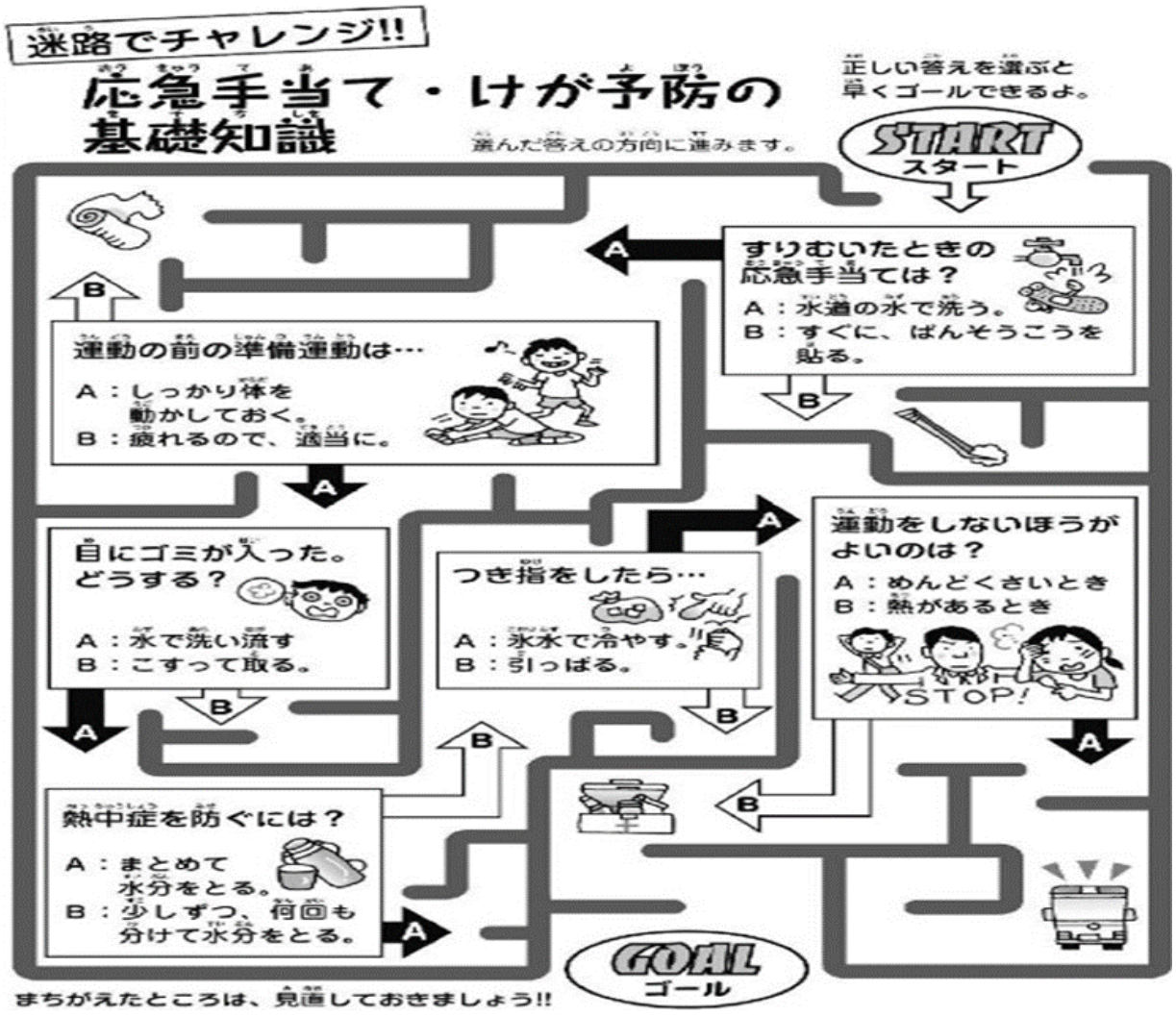
ただし、けがをしたときには、かならず先生やお家の人に伝えるようにしましょう。

すりきず
流水で、傷口をよく洗う。

きりきず
清潔なガーゼやハンカチを当てておさえる。

ねんざ・つきゆび
動かさないようにして、冷やす。

やけど
流水で５～20分冷やす。



おうちの方へ

○ 【よる の 歯みがきカレンダー】を点検しています。

保健委員会児童が工夫して作成してくれたカレンダーで、楽しく取り組めたようです。ほとんどの児童が毎晩歯みがきをすることが出来ていました。「歯がきれいだと気持ちがよい」などの感想も見られました。（お家の人からのひと言）欄には「これからもむし歯にならないように毎日みがきましょう」「眠くてもがんばってみがけました」など応援の言葉をいただきました。ありがとうございました。

成長の記録カードを配付します

９月の身長体重測定をしました。お子さんの身長・体重・肥満度の増減について確認し、**押印またはサインをして１４日（月）までに担任へ**提出してください。

成長はバランスが大切です。成長には個人差がありますので、人と比べず、『自分がどれくらい成長したか』に注目してください。体のバランスは肥満度を見てください。