

ほけんだより9月

令和8年8月30日
大和田小保健室
おうちの方と一緒に
読みましょう

9月は、次第に朝の気温が下がり、朝晩と日中の気温差が大きくなります。この「寒暖差」が私たちの体にとって大きな負担となり、体調不良につながってしまう恐れがあるので、注意が必要です。

おすすめアイテムは、カーディガンなど簡単に脱ぎ着できる上着。気温の変化や自分の体調などに合わせて工夫しましょう。

9月の保健行事

9月 3日(木)	6年生 発育測定
9月 4日(金)	5年生 発育測定
9月 7日(月)	4年生、なかよし発育測定
9月 8日(火)	3年生 発育測定
9月 9日(水)	2年生 発育測定
9月10日(木)	1年生 発育測定

発育測定の注意事項

- 測定は、体育着で行います。
忘れずに持ってきてましょう。
- お風呂に入って、清潔な体で
測定を受けましょう。
- 爪が伸びている人は、切っておき
ましょう。



9月1日（防災の日）

1923年に関東大震災が発生した日であり、台風シーズンを迎える時期でもあることから、9月1日は「防災の日」に制定されています。国民一人ひとりが台風や豪雨、地震や津波などの災害についての認識を深め、これらに対する心構えをもって防災への備えをしようというのがねらいです。

いざというときに備えよう

★備蓄品や非常持ち出し品

生活必需品を日ごろから少し多めに買って、備えておきます。また、避難時に持ち出すものはリュックサックなどにまとめて入れておきましょう。



★家族で防災会議

自宅近くの避難場所や避難経路、役割分担などを家族みんなで確認しておきます。家族が別々の場所で被災した場合の連絡方法や集合場所についても、あらかじめ話し合っておくことが大切です。

9月9日（救急の日）

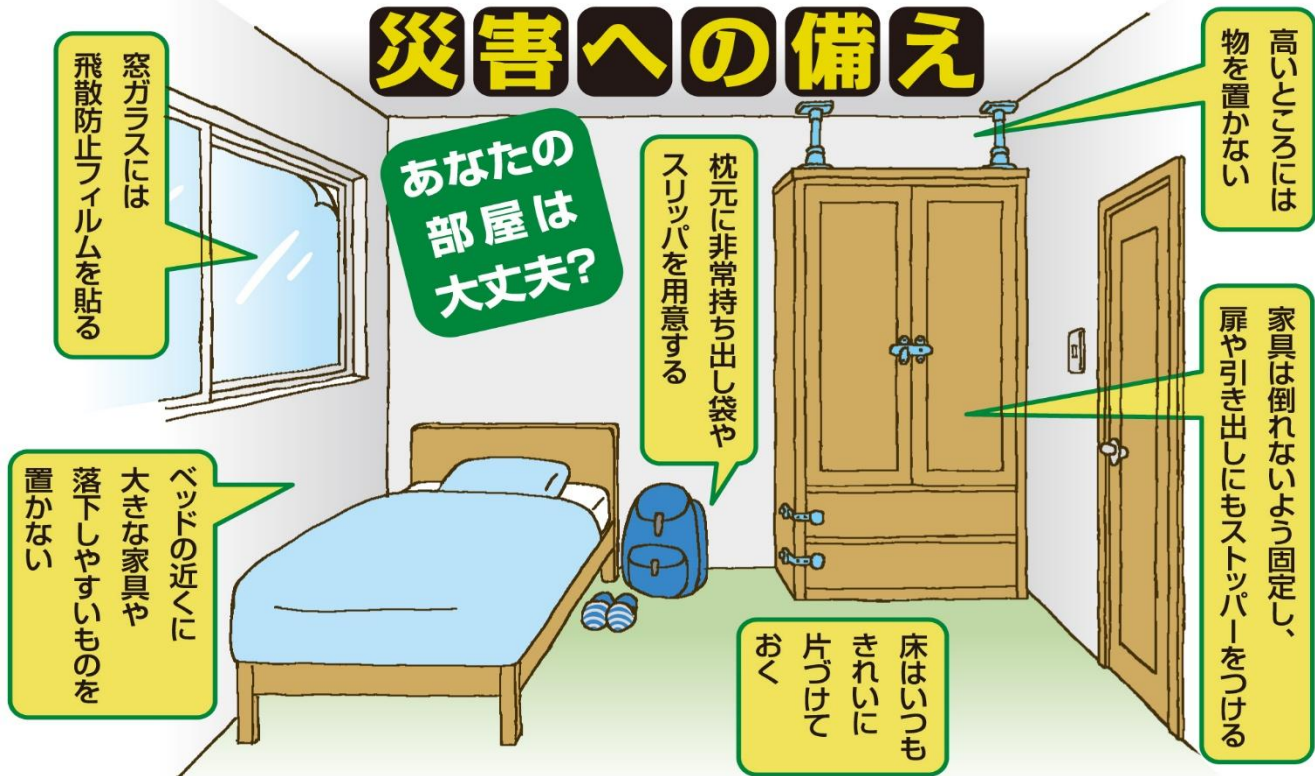
救急業務や救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深め、救急医療関係者の意識を高めることを目的に、9月9日は「救急の日」とされています。日付は、きゅう(9)きゅう(9)の語呂合わせから来ていると言われています。また、救急の日を含む1週間は「救急医療週間」と設定されています。

「バイスタンダー」を知っていますか

事故や急病などの現場に居合わせた人のことを「バイスタンダー」といいます。けが人や急病人の命を救うためには、バイスタンダーによる早期の119番通報、心肺蘇生法やAEDの使用などによる救命処置が重要です。実際に行動するのはなかなか難しいことですが、もしバイスタンダーになったら、何か自分にできることはないか考えてみましょう。大きな声で周りに応援を求めただけでも勇気ある第一歩だと思います。



災害への備え



防災の日に、自分の家や部屋の中を確認してみましょう。危険な場所はありませんか?非常時に持ち出すものは、どこに置いてあるかわかりますか。準備しておくことで、実際の災害時に慌てず行動できます。

令和8年度第1回学校保健委員会が開催されました

7月13日(月)に、本校視聴覚室で、「令和8年度第1回学校保健委員会」が開催されました。第1回は、養護教諭から健康診断結果と保健室の様子の報告、体力向上担当から体力テスト結果の分析報告を行いました。その後、グループに分かれて、児童の健康課題について協議を行いました。

健康診断結果と保健教育

耳鼻科検診の「耳疾患」は、埼玉県平均の2倍近く指摘された。多くが「耳垢栓塞」でした。また、大和田小学校の児童は、むし歯の保有率は低く、口の中を良い状態に保っている児童が多くみられました。

本校の保健室来室状況の報告や、保健教育についても報告しました(1年、なかよし歯みがき指導、性の多様性に関する教育取り組み、児童保健委員会の心肺蘇生法、発育測定時の保健教育など)。

体力テスト結果の分析

自発的に外遊びをする児童が少ないことが課題となっています。体力テストにおいて、「ボール投げ」は、全学年の女子が埼玉県平均を上回る結果となった一方で、課題となったのが「握力」と「長座体前屈」でした。体育授業や環境を整えることで、自ら柔軟性、敏捷性を高める取り組みをしていきます。

【2学期も引き続き、健康管理にご協力をよろしくお願いします】

- ① 体調が悪いときは、無理して登校はせず、自宅で休養するか、医療機関を受診してください。
- ② 規則正しい生活習慣、手洗い・うがい等を行い、体調を整えてください。
- ③ 給食以外に、予備のマスクをランドセルに用意してください。
- ④ 授業への参加が難しい場合は、お迎えをお願いします。

