



夏休みが終わりましたね。どのような夏休みを過ごしましたか？さて、今日からは前期後半です。少しずつ心も体も学校モードへ切り替えていきましょう！

全国的に新型コロナウイルス感染症が拡大しています。ウイルスと闘う力をつけるためには生活習慣を整えることが大切です。3食きちんと食事をとること、睡眠を十分にとることを心がけて規則正しい生活を送りましょう！

9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いています。熱中症にも十分気を付けて、元気に過ごしていきましょう！

感染症予防に関するご家庭へのお願い

1 毎朝の健康チェック・検温の徹底

最近流行している「デルタ株」は、子どもにも流行しやすいと言われています。引き続き、毎朝の健康チェック・検温をお願いします。そして、体調不良の場合は、おうちで様子を見られてください。ご協力よろしくお願いします。

2 緊急連絡先の再確認

学校で体調が悪くなった場合やけがをした場合などに、緊急で保護者の皆様にご連絡をすることがあります。連絡先に変更があった場合は担任にお伝えください。

3 持ち物（マスク・ハンカチ・ティッシュ・水筒）の確認

ハンカチやティッシュ、お茶、マスクの確認をお願いします。

また、学校にいる間にマスクが汚れてしまったり、なくしたりしてしまうことが多くあります。ランドセルに予備のマスクを入れていただけると助かります。

（マスクはできれば不織布マスクが効果的です。）

9月1日は防災の日です



8月中旬、大雨が降り続き土砂災害等の発生が迫ったこともあり、一時期は警戒レベル5（緊急安全確保）を発令されるほどの状態となりました。もしも避難が必要となった場合に備えて、日頃から「避難場所の確認をしておくこと」、「非常用持ち出し袋の中身をチェックしておくこと」は特に重要になります。

台風や地震、大雨などの自然災害は、いつどこで起こるかわかりません。この機会にぜひご家庭でお話をされてみてください。

なにが必要？

非常用持ち出し袋 チェックリスト



玄関や枕元など、持ち出しやすいところに置きましょう。

- ☐ 水
- ☐ ヘルメット、防災ずきん
- ☐ 軍手
- ☐ レインウェア
- ☐ 懐中電灯
- ☐ 予備電池、携帯充電器
- ☐ 救急用品（ばんそうこう、包帯、消毒液、常備薬など）
- ☐ タオル、ブランケット
- ☐ 洗面用具、歯ブラシ、歯みがき粉



- ☐ 食品（カップ麺、レトルト食品、ビスケット、チョコレートなど最低3日分があると安心！）
- ☐ 衣類、下着
- ☐ 紐なしの運動靴
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ マッチ、ろうそく
- ☐ 使い捨てカイロ
- ☐ ペン、ノート
- ☐ 防犯ブザー

感染症対策にも

- ☐ マスク
- ☐ 手指消毒用アルコール
- ☐ 石けん・ハンドソープ
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ 体温計

女子はさらにプラス

- ☐ 生理用品
- ☐ サニタリーショーツ
- ☐ 中身の見えないゴミ袋

貴重品（通帳、現金、健康保険証など）も持っていこう！





ほけんしつの様子（4月～7月）

4月から7月までの間、病院受診につながる大きな怪我は減少傾向でした。来室としては内科的な訴え（頭痛や腹痛など）の訴えが増加しています。

長期休み明けは特に体調を崩す児童が多い時期でもあります。ぜひご家庭でもお子さまの様子を見られ、登校させていただきますようお願いいたします。



*けがが多い場所 ベスト3

1位 運動場 2位 教室 3位 ろうか・階段

*けがの種類 ベスト3

1位 すり傷 2位 だぼく 3位 切り傷

自分でできる！ 応急手当 3つのポイント



① 洗う

✦ すり傷

水道水で傷口の汚れを洗い流す

✦ 目にゴミが入った

水をためた洗面器でまばたきをして洗う



② 冷やす

✦ やけど

痛みがなくなるまで流水で冷やす

✦ つきゆび・ねんざ

氷のうなどで冷却し、腫れや痛みを抑える



③ 押さえる

✦ 切り傷

ハンカチなどを当てて止血する

✦ 鼻血

小鼻をギュッとつまんで下を向き、血を止める

9月の保健行事予定

9月6日（月）～10日（金） にこにこ生活カード実施週間

8日（水） 身体測定 （5・6年生）

10日（金） 身体測定 （1・2年生）

13日（月） 身体測定 （3・4年生）

22日（水） 視力検査 （1・2年生）

29日（水） 視力検査 （3・4年生）

30日（木） 視力検査 （5・6年生）



9月6日～10日は、「にこにこ生活カード」実施週間です。

夏休みに生活リズムが崩れた人も、しっかりと目標を立て、生活習慣を見直す機会にしましょう！



<保護者のみなさま>

実施できているかを確認され、カードにご記入ください。よろしくお願いいたします。

夏休みに治療が済まれた方は、配付していましたプリント（治療勧告書）を学校へご提出ください。

もしプリントを紛失された場合は担任へご連絡ください。ご協力、よろしくお願いいたします。