

保健だより

藤沢市立御所見小学校 保健室
保護者の皆様へ No.10 2025.9.1

2学期スタート!

残暑の中、学校生活が始まります。

学校では、冷房を使用しますが、同時に窓を開けて換気を行います。とても涼しいと言える環境にはありません。ただ、座席位置によっては寒いと感じるお子さんがいますので、上着での調節ができるようにご用意いただければと思います。

1学期同様、夏場のスポーツドリンクです。水筒に入れてください。各教室・体育館・西昇降口に熱中症計を設置しています。数値の確認をしながら、教育活動を進めていきます。暑さや湿度が危険域になったときには、体育だけでなく、休み時間の外遊びを含め、運動中止の対応をしています。

熱中症予防のために!!

熱中症は、睡眠不足や朝食不足などでリスクが高まります。もちろん、水分補給が足りなくても同様です。

様々な行事を予定している2学期。お子さんが、元気に楽しく学校生活を過ごすことができますよう、ご配慮ください。子どもたちには、ご家庭の応援が必要です。よろしくお祈りします。

朝の健康チェックをお願いします!

体調を崩さないようにすることは大切ですが、体調が悪い時に無理をしないことも大事です。

体温は、体調をみるための判断材料のひとつです。発熱はなくても、具合が悪い時もあります。食欲・顔色・排便など、保護者の方だからこ気づくことがあるかと思ひます。チェックをお願いします。



御所見小はAED2台あります!

いざという時のために、ご紹介です。本校は、AEDが2台設置されています。

1. 校舎 → JA側玄関内(入ってすぐ左)
2. 校庭 → 体育館壁面(校庭に面している)

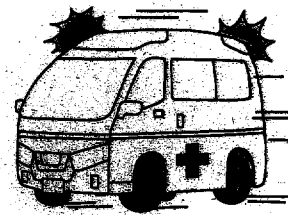
どちらも設置場所から取り出す扉を開けると、大きな音がします。この音は、扉を閉めると止まります。大きな音なので、扉を開けたままにすることで、周囲に緊急事態を知らせることができます。



白いビニール袋に、ブルーシートを入れて用意しています。校舎はAEDのすぐ下。校庭は体育館の中になります。AED使用時のプライバシー保護のために用意しています。

心肺蘇生法を行ったり、AEDを操作したりするだけでなく、AEDを必要としている所へAEDを運ぶ行為も救命活動です。

大変な時ほど、みんなで力を合わせることが大切です。



これまで、救急車に同乗する機会が何回もありましたが、必ずと言ってよいほど、救急車の前を横切る車・自転車・歩行者がいました。その度に悲しい気持ちになりました。お子さんには、信号よりも何よりも、救急車は優先される。具合が悪いやけがをした人が、早くお医者さんに診てもらえるように協力しようと教えてあげてください。

年1回点検するとき、おすめします!



えがお

藤沢市立御所見小学校 保健室
児童のみなさん 10.10 2025. 9. 1

おうちのひと
いっしょにのみなさん

よ～し! 2学期だ!!

健康診断の予定です! ~9月~

どんな夏休みでしたか?

まだまだ、暑い日が続きます。「早寝早起き・朝ごはん・朝うんち」で
きそくただ せむら げんき たの かつこうせむら
規則正しい生活をして、元気で楽しい学校生活にしましょう。

1. 身体計測 ... 身長・体重をはかります。

4月と同じ、教室前のろうかで一人数ずつ行います。

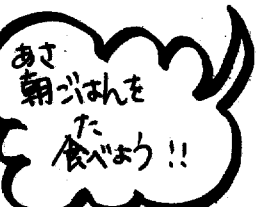
9月の保健目標は「けがを予防しよう」

☆ 体調を整える! → 睡眠不足は集中力が低下して、けがをしやす

なります。また、具合が悪くなったり

具合が悪いと、思わぬけがにつながる

やすいです。



☆ サイズが合ったものを身につける! → 体操着、上ばき、体育館ばき、

くつ、靴など、自分の体に合ったものを

身につけましょう。けがにつながる

ます。

☆ ルールを守る! → スポーツや遊びには、ルールがありますね。学校や

クラスの約束もルールです。みなさんが、安全に

すごしやすいように決まっています。

- 3日(水) 6年生
- 4日(木) 5年生
- 5日(金) 4年生
- 8日(月) 3年生
- 9日(火) 2年生
- 10日(水) 1年生
- 11日(木) 5くみ

たいせが たいせが ふくそう
体操着または体操着くらの服装で
おこな
行います!

がくせい 学年実施日にできなからば、
12日(金)から、20分休みに
ほけんぜん 保健室前で行います。

2. 校外旅行前検診 ... 6年生

内科検診と同じようにやります。18日(木) 9:00からです。

「もしもに備えて、自分で防災リュックや防災ポーチを作るとしたら、何を入れるか考えよう!」のコーナーを保健室前に用意しました。

必要と思う物・大事な物、元気がでる物など、何を運ぶか考えてみましょう。

9月1日は防災の日
もしものときに備えよう