

9月 ほけんだより

鹿野学園
鹿島小学校
保健室
R8.9.1

少しずつ秋の気配が感じられるようになってきましたが、まだ暑い日が続いています。夏の疲れもあり、9月も熱中症が心配されます。早寝・早起き・朝ごはんで生活リズムを整え、元気に過ごしましょう。

今月の保健行事

身体測定

9月3日(木) 1・3・4年生
4日(金) 2・5・6年生



※服装は、体操服(半袖・半ズボン)で行います。頭頂部で結ぶ髪型は避けてください。

ぐっすり眠り、元気に1日を始めよう！



1・2年生(希望者)のフッ化物洗口を実施します

鹿嶋市では児童の口腔の健康、むし歯予防の一環として市内の全小中学校でフッ化物洗口を実施しています。今年度、鹿島小では9月から1・2年生の希望者が実施します。申し込み後の中止や追加希望がある場合は学校にご連絡ください。(申込書の再提出が必要です。)



7月までに最も多かったけがは打撲でした(49.8%)。また、学校でのけがで病院へ行ったのは11件でした。

休み時間に廊下や教室で走ってぶつかるけがが自立つので、安全には十分気をつけて生活をしましょう。



応急手当の基本はRICE(ライス)です！

Rest
Ice
Compression
Elevation

安静にする
冷やす
圧迫する
高く挙げる



鹿島小のAED設置場所は体育館です！

心臓が止まった人に胸骨圧迫をした場合、何もしなかった時に比べて命を助けられる確率が2倍近く高くなります。さらにAEDを使用した場合は、約半数の人を救うことができるという調査結果が出ているので、普段から設置場所を知っておくことが大切です。



～9月のノーゲームデー、清潔調べのお知らせ～

ノーゲームデー 9月28日(月)
清潔調べ 9月29日(火)

夏休み中に歯の治療や眼科の受診などが済みましたら、「受診報告書」の提出をお願いいたします。