

ほけんだより



名古屋市立天白特別支援学校

保健指導部 9月号

令和7年9月3日

なつやす たの す
夏休みを楽しく過ごすことができましたか。またみな
さんの元気な 姿 げんき すがた み
を見るのができてうれしいです。
なつやす ちゅう せいかつ ふきそく ひと
夏休み中、生活リズムが不規則になってしまった人は、
きそくただ せいかつ もと
規則正しい生活リズムに戻しましょう。まだまだ暑い日
がつ つづ がつき
が続きますが、2学期もけがをすることなく元気に過
すことができるとういことです。



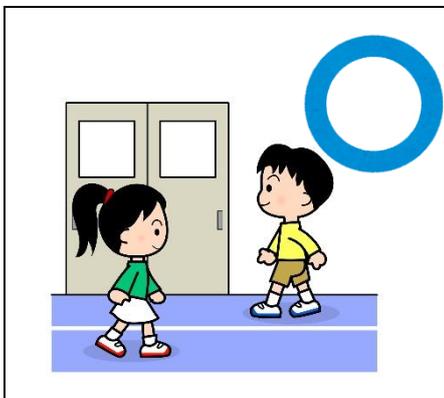
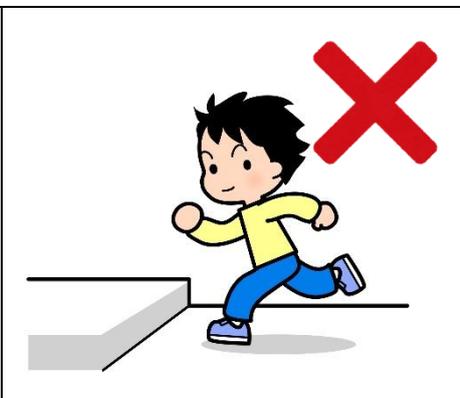
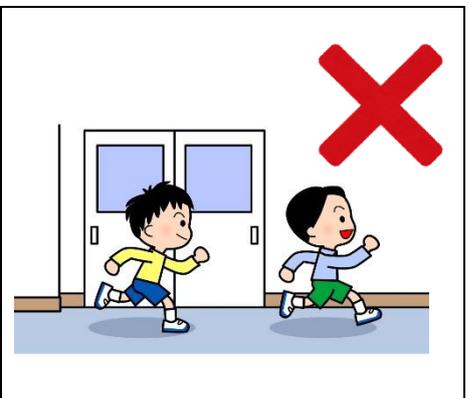
がつ ほけんもくひょう 9月の保健目標： けがに気を付けよう



がつこのか きゅう きゅう ごろ あ きゅうきゅう ひ
9月9日は9と9の語呂合わせで「救急の日」で
す。ろうかはしずかにある歩いてますか。日ごろからけがを
しないように気を付けましょう。また、けがをしてしま
ったときには自分でできる基本的な手当てができるとい
いえますね。けがをしたときにはかならず先生やおうちの人に
知らせましょう。



あんぜん ある かた 安全なろうかの歩き方

		
しず ある 静かに歩く	み よそ見をする	はし 走る

じぶん

てあて

自分でできる ケガの手当



すり傷をしっかりと洗うのはなぜ？

よごれを洗い流すと…



傷口をなおすために、細胞が活躍できます。

よごれが残っていると…



細菌が増えて、傷口のなおりが遅くなります。

<身体測定について>

9月は、体重と身長たいじゅうの測定そくていを行います。夏休み明けに体重が急きゅうに増ふえている場合があります。特に理由りゆうが思いあたらないのに、体重がふ増へえたり減へったりした場合は、病気びょうきがかくれている場合ばあいもありますので、おうちの人ひとや先生せんせいに相談そうだんしましょう。

