

ほけんだより あんさんぶる

令和4年9月9日
上美生小学校保健室 No.13
文責：遠藤 弥那

●9月のほけん目標●
けがに気をつけよう



もしも「いた〜い！」がなかったら
どうなるの？

がつこのが
9月9日は
きゅうきゅう
救急の日

かみびせいしょうがっこう
上美生小学校 けがランキング
(4月~9月まで)

しゅるい
種類ランキング

ばしょ
場所ランキング



- 1位 すりきず
- 2位 だぼく
- 3位 あたまをうった
- 4位 ねんざ
- 5位 きりきず、さしきず、つきゆび

- 1位 校庭
- 2位 教室・体育館
- 3位 グラウンド
- 4位 通学路

ちなみに、夏休み前まででけがの手当てをした人は53人でした。
けがの種類に入れていませんが、虫さされも多かったです。

「いたい！」とを感じる理由

けがや病気をしたときに、「いたい」と思うことで、からだに「何かがおかしい！」
「からだがあぶない！」と、からだにきけんがあることを知らせてくれています。
そうすることで、何度もけがをしないように注意したり、いたい場所を調べて治
したりすることができます。



もしも「いたい！」がなかったら…？

骨が折れても、むし歯になっても、病気になってもいたくない…。からだの
きけんが分からないと、もっと重い病気になったり、いのちに関わったりするこ
とも。「いたい」は「つらい」けど、みんなのいのちを守ってくれる大切な役
割なのです。



手当てのしかた わかるかな？

きずができた！



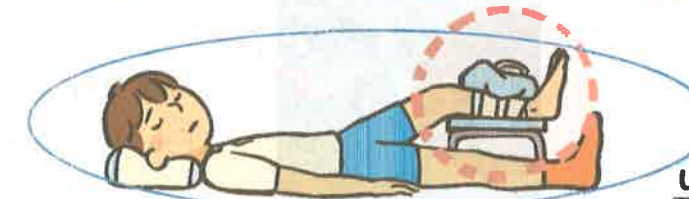
あほう



ばんそうこう



ふっけた！
ねんざ



あんせいにする ひやす こていする

しんそうより
うす
上にあげる

はみがきエチケット

し 知っていますか？



はみがきは、みなさんが健康に生活するために とっても大切なもの。
 だけど“感染症”が広がりやすいのは、マスクを外したとき。
 そんなときに、「はみがきエチケット」！ 今日からやってみませんか？

1 手洗い場が
混まないようにしよう。

1



2 歯みがき中の
おしゃべりはやめよう。

2



3 歯みがき中は口をとじて。
前歯のうらは、口を手で
おおってみがこう。

3



はみがき中、つば がたくさん飛びます。
 (白いものが つば。) 手でガード！



4 ブクブクうがいは
少ない水で1~2回。

はきだすときは
低いところで
ゆっくりと。

4



5 歯ブラシはよく洗って
水を切ってかわかしてから
しまおう

5



自分も みんなも 安心できる
はみがきが できたらいいね

はみがきの後
は、手あらいも
わすれずに♪



保護者の方へ お願い

学校で子どもたちが着替えに使用して
いる衣類ですが、140cm以上のズボンが
ありません(特にハーフパンツ)
もし使わないものがあるよ！
というご家庭がありましたら
ご寄付いただけると嬉しいです。



楽しく遊ばせ
ますように...



君が今年の秋を