



2026. 8
八幡台小学校
ほけんしつ

ながかった夏休みも終わり、2学期のスタートです。みなさんはどんな思い出ができましたか？

まだまだ暑い日が続きますが、元気いっぱい過ごせるよう、「早ね・早起き・朝ごはん」の学校モードに生活リズムを整えていきましょう。また、熱中症は9月になっても油断できません。こまめな水分補給や休けいも忘れずに！



9月の保健目標 生活リズムをとймоどそう



8・9月の保健行事

身体測定：8/26(水)6年生 27(木)5年生 28(金)4年生 31(月)3年生
9/1(火)2年生 2(水)1年生

※体そう服で測るので、忘れずに持ってきてくださいね！

食後尿糖検査：9/8(火)5年生

＼気をつけて！／

けがをしやすいのはこんなとき

睡眠・栄養不足



集中力が下がり
注意が散るため

慣れていない



動きに無理が出て
失敗しやすいため

イライラしている



冷静さを欠き
動きが乱れるため

急いでいる



周囲への注意が
不十分になるため

応急手当

〇×クイズ？



次の応急手当は正しい？ それともまちがっている？
〇か×かで答えてね。

Q1

すりきずには、
すぐに絆創膏を
貼る。



Q2

鼻血が出たら、
上を向く。



Q3

つきゆびをした
ら、動かさず
によく冷やす。



【こたえ】

1…× (水道水でよく洗いましょう。)

2…× (下を向き、小鼻を強くつまみましょう。)

3…〇 (無理にひっぱってのばすと、けががひどくなる可能性があります。)