

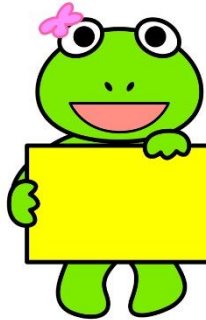


# すこやかスクール

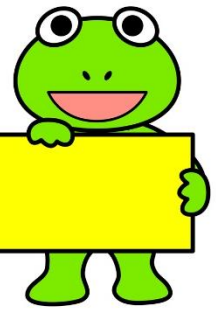


おがきしりつふくおかしょうがっこう ほけんしつ  
岡崎市立福岡小学校保健室

2学期がスタートしました！今年の夏休みはどうでしたか。ぜひまた、楽しかったこと、うれしかったことを教えてください。みなさんの思い出話が聞けることを楽しみにしています。  
さて、9月に入りましたが、まだまだ危険な暑さが続いています。まずは、熱中症対策とともに、「早ね早起き朝ごはん」で生活習慣を整えて、身体を戻していきましょう。



こんげつ  
今月のすこやかめあて



よぼう  
けがを予防しよう！

## 1 すこやかクイズ

こた うら  
答えは裏にあるよ！

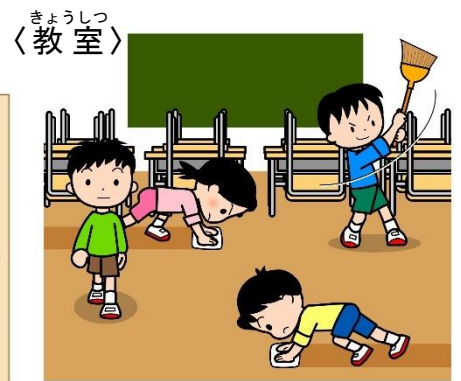
Q 1 1学期のけがによる保健室の来室者は何人でしょう？  
1 およそ300人 2 およそ400人 3 およそ500人

わたしのこたえ おうちの人のこたえ

Q 2 次のうち、1学期に一番多かったけがの部位はどこでしょう？  
1 頭 2 目 3 鼻

わたしのこたえ おうちの人のこたえ

Q 3  
右の絵の中で、  
危険なところは  
どこでしょう？  
○をつけてみよう！  
いくつ見つけられる  
かな？



## 2 けがをしやすいのはどんなとき？

福岡小では、特に「ルールを守っていないとき」にけがをする子が多くいます。学校には、みんなが安全に過ごすために、様々なルールがあります。周りを見て、行動できるとよいですね。



すこやかクイズ <sup>こた</sup> 答え

Q 1… 3 (およそ 500 人)

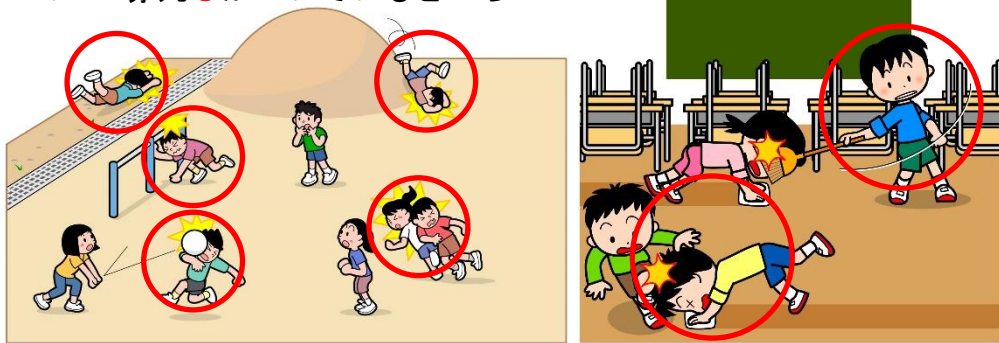
Q 2… 1 <sup>あたま</sup> (頭)

がっき 1学期のけがは <sup>あたま いちばん</sup> **頭が一番**

おお **多く45件**、続いて目が

けん はな けん 42件、鼻が 29件でした。

あかまる Q 3…赤丸○がついているところ



<sup>た</sup> <sup>だ</sup> <sup>か</sup> <sup>た</sup> <sup>お</sup> <sup>ん</sup>  
正しいくつのはき方、覚えていますか？

さくねんど <sup>ただ</sup> 昨年度、正しくくつをはくことで、けがや足 <sup>あし</sup> のトラブルが予防できることを勉強しました。 <sup>よぼう</sup> <sup>べんきょう</sup> 今でも正しくくつをはいていますか。勉強したことをまとめて、 <sup>ひがししょうこうぐち</sup> **東昇降口** に掲 <sup>けい</sup> 示してあるので、 <sup>かくにん</sup> 確認してみてください。 <sup>かた</sup> **マジックテープのくつとひもぐつのはき方** がよくわかります。



<sup>じかんまえ</sup> **ねる1時間前** から <sup>きき</sup> **メディア機器** を見るのをやめ、 <sup>はや</sup> **早く** ねる

あさ <sup>よゆう</sup> 朝は **余裕** をもつ て、 <sup>おな じかん</sup> **同じ時間** におきる



ごーやぎゅうにくの <sup>あさ</sup> そろった朝ごはんを **ゆっくり** と食べる

<sup>ふ あん な や</sup> **不安や悩みがある子へ**

<sup>ひとり なや みじか ひと</sup> 一人で悩まず、身近な人や <sup>まどぐち そうだん</sup> 窓口へ相談してみましょう。 <sup>だいじょうぶ みかた</sup> 大丈夫です。あなたの味方は、たくさんいます。

ほけんしつ **保健室**

いつでもどうぞ♪

♡ **SOS ミニター**

ほけんしつまえ <sup>お</sup> 保健室前に置いてあるので、 <sup>ひつよう こ も</sup> 必要な子は持って行ってね。

♡ **チャイルドライン**

0120-99-7777



【保護者の方へ】 定期健康診断結果個票、受診報告書の提出について

1学期に未受診だった健康診断について、夏休みに受診された方は、以前配付しました「**定期健康診断結果個票**」をできるだけ早く学校へ御提出ください。また、健康診断後、治療をされた方も「**受診報告書**」を御提出いただきますようお願いいたします。