

9月の保健目標 けがを予防しよう。

長い夏休みも終わり、学校が始まりました。休み中の子供たちは暑さに負けず、楽しく元気に過ごせたでしょうか？

今年の夏は異例の猛暑が続き、関東では9月に入っても猛暑日が続くと予想されています。今年は猛暑の期間がこれまでにないほど長くなっています。引き続き、熱中症対策を万全にして、体調を崩さないようにご協力をお願いいたします。

また、茨城県では、新型コロナウイルス、マイコプラズマ、水ぼうそうなどの感染が増えています。これまで通り基本的な感染対策を心がけることが大切です。特に、夏休みに生活習慣が乱れてしまっている場合には、ご家族みんなで「早寝・早起き・朝ごはん」に取り組んでいただき、子供たちが元気に学校生活を送れるようにサポートをお願いいたします。



9月の発育測定について

全校児童の体位測定(身長・体重)を実施します。「身長はどのくらい伸びたかな？体重は？」と、子供たち自身が自分の成長のようすに関心をもつことは大切なことです。

測定後に、大きくなった体に合わせて、机といすの高さを調整します。詳細な結果は、健康手帳に記入して保護者の方にお知らせしますので、結果をご確認のうえ、健康手帳に押印していただき、担任までお戻しください。

●発育測定の実施日程

9月	2日(火)	2校時	5年生	3校時	6年生
	3日(水)	2校時	3年生	3校時	4年生
	4日(木)	2校時	1年生	3校時	2年生

※ 体操服(半袖・半ズボン)で行います。

※ 女子は、測定の日、頭の上で髪を結ばないようにしてください。



9月は「防災月間」です

今夏は全国各地で大雨や竜巻等の災害により、大きな被害が発生しました。7月30日には、ロシア極東カムチャツカ半島沖での巨大地震の影響で、大洗町にも津波警報が発令され、避難指示が出た地域もありました。人はいつどこで災害に巻き込まれるか分かりません。「もしも」の時に冷静に行動できるよう、家族で相談しておくことが大切です。

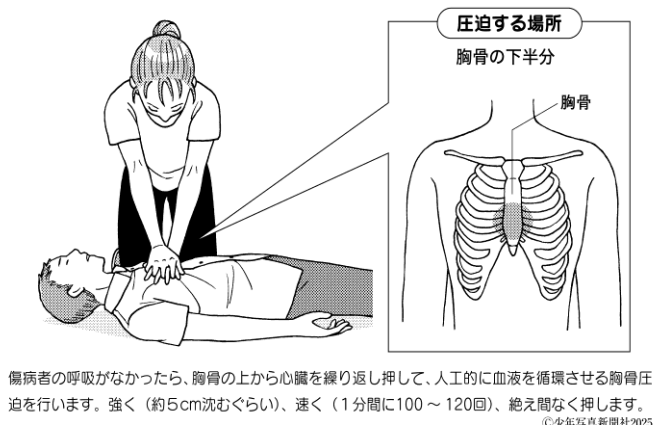


9月9日は「救急の日」です

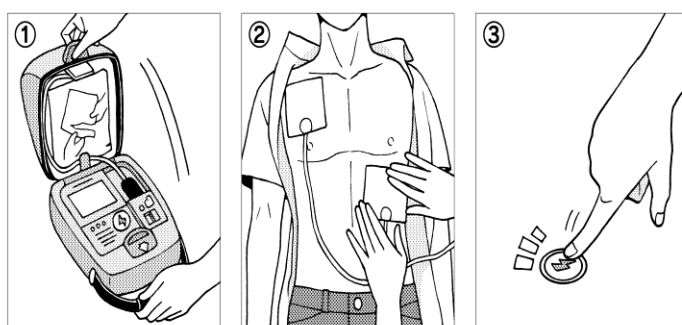
重大な事故は、いつ、どこで、何が原因で起こるか分かりません。心臓と呼吸が止まってから時間の経過とともに救命の可能性は急激に低下します。しかし、胸骨圧迫をすることで2倍近く、さらにAEDを用いた電気ショックが行われることで、突然の心停止の約半数の人を救えることが分かっています。119番の通報後に救急車が到着するまでの時間は、平均して約10分かかります。突然、心停止を起こした人の救命率は、1分後にAEDを使用すれば90%ですが、それから1分遅れるごとに10%ずつ低下していきます。

その場にいる人が、いち早く胸骨圧迫やAEDの電気ショックを開始することが非常に重要です。勇気をもって一歩を踏み出すことで、救われる命が多くあります。この機会に、ご家庭でも話をしてみてください。

胸骨圧迫の方法



AEDの使い方



AEDは正常に動いていない心臓に電気ショックを与えて、正常な状態に戻す装置です。電源を入れ、音声ガイダンスに従ってパッドを貼り、「電気ショックが必要」と指示が出たら、ボタンを押します。

©少年写真新聞社2025

急な病気やケガで、救急車を呼ぶべきか迷ったら・・・

お子さんやご家族が急な病気やケガで、すぐに受診させたほうがよいのか、様子を見ても大丈夫なのか不安な時は「茨城県救急電話相談」に相談してください。受診可能な医療機関もご案内してくれます。

こども救急電話相談
(15才未満)

#8000

(または 050-5445-2856)

大人救急電話相談
(15才以上)

#7119

24時間
365日
受付



学校での相談活動について（お知らせ）

月1～2回程度、鯉淵悦子先生に来校していただく予定となっております。専門の先生に相談してみたいことがありましたら、学校までご連絡ください。日程の調整をさせていただきます。

カウンセラー

来校予定

(9月～12月)

9/9 (火)	9/30 (火)	10/14 (火)	10/28 (火)	12/9 (火)
午後	午前	午後	午前	1日

☎ 南小学校 029-264-5373 【担当 渡辺・海野・松本】

- 児童の相談（例 友達との関係、勉強での悩み など）
- 保護者の方の相談（例 子供の様子が気になる、子育ての悩み、家庭の悩み など）

一人で悩まず、気軽なく相談室をご利用ください。

