

# ほけんだより 9月

令和5年9月  
西郷小学校  
保健室

2学期が始まりましたね。夏休みは楽しく過ごすことができましたか？

西郷小のみなさんが、毎日元気に登校してくれてとても嬉しく思います。9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続きます。体育大会の練習も始まりますので、朝ごはんや睡眠をしっかりとして、熱中症にならないように気をつけましょう。

## 9月の保健目標

けがを予防しよう

9月は、体育大会の練習があり、けがをしやすい時期です。けがをしたときはまず、水道で砂や泥を落とすなど自分でできる手当をしてから保健室に来てください。

ここにも!!



## 学校内にひそむ



## けが・事故のキケン

学校ではいろいろな場所でけがが起こります。これを少しでもへらしていくためには、まず、どこで起こりやすいのかを知っておくことが大事。たとえば、体育館やグラウンドは体育や運動、遊びで体を動かすところなので、やはりけがが多くなりますね。また、ほかには、こんなところがあげられます。



⚠️ ろうかの曲がりかど



⚠️ かいだん



⚠️ 出入り口（とびら）

こうした場所でのけがは、一人ひとりが「向こうからだれか来るかも」「走ってころんだら…」と、少し気をつければ、へらすことができるはずですよ！

