



ほけんだより



第6号
R3. 9. 9
浦安市立明海中学校

例年残暑が厳しい時期ですが、今年は気温の変化が大きく、長袖を着るような涼しい日もありましたね。服などで調節し、体調を崩さないように気をつけましょう。

2学期も感染症予防を継続しながらの学校生活となります。登校するのが遅く、時間がなくてしっかり手を洗えていない、ハンカチを忘れていて服でふいている・・・なんて人はいませんか？

「石けんで手を洗い、ハンカチで手をふく」までが「感染症予防の手洗い」です。朝、余裕を持って起き、登校前に、ハンカチを持ったか確認をしてくださいね。



9月9日は「救急の日」です

けがの予防には、けがが起こりそうな場面を予想して避ける「危険予知」の力をつけることも大切です。下のイラストを見て、どんな危険があるか考えてみましょう。



4つ見つかったら、裏面を見ましょう。

危険その1 廊下を走っている。

自分だけでなく、近くにいる人もけがをしてしまう
かもしれません。

危険その2 階段から飛び降りようとしている。

危険その3 廊下がぬれている。

気がつかず、すべって転んでしまうかも。水は注意
して運び、床がぬれていたら、すぐにふきましょう。


危険その4 大きな荷物を持っている。

前がよく見えず、人や物にぶつかってしまうかも。

この機会に、「この行動にはどんな危険があるのか」考えてみてください。「学校生活のきまり」には、皆さんが安全に生活するために決められているものもありますよ。


そのケガ、もしかしたら防げたかも

保健室で手当てをするケガには、ちょっとした注意で防げたものもあります。



- うっかりした**
【例】よそ見しながら教室の戸を閉めたら、友だちの手がはさまった
- ゆだんした**
【例】このくらいなら大丈夫と階段から飛び降りてねんぞした
- あわてていた**
【例】遅刻しそうなので急いでいて転んだ
- ふざけていた**
【例】そうじ中ボールに乗って遊んでいたら転んで頭を打った
- ルールを守らなかった**
【例】走って廊下の角がったとたん、友だちとぶつかった

「注意一秒、ケガ一生」なんて言葉もあります。1秒の注意で安全に。



2学期の健康診断

9月16日(木) 脊柱側弯2次検診(低線量X線撮影)
※対象者には個別に連絡済みです。

10月18日(月) 生活習慣病予防健診(1年生、経過観察者)
貧血検査(2・3年生女子、経過観察者)
※9月7日(火)に希望調査のお手紙を配付しました。
9月13日(月)までに提出してください。

