

ほけんだより 9月号

富谷市立日吉台小学校保健室

令和7年9月1日

学校がスタートしてからも、暑い日が続いています。5年生は、松島自然体験学習もありました。お子さんの体調はいかがでしょう？

久しぶりの学校生活では、緊張感や生活リズムの変化で、疲れがたまりやすくなります。疲労を翌日へ持ち越さないよう、しっかりと睡眠をとらせ、困っていることはないか、元気に過ごせているか、様子をぜひ見守ってください。



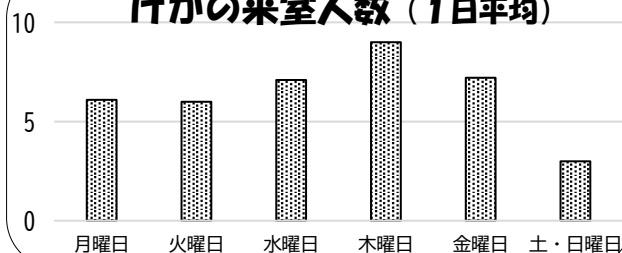
9月9日は『救急の日』です

4月から7月に、保健室で手当てをしたけがの件数は497件でした。

日吉台小 けがの種類トップ5

1位	打撲	187件
2位	すり傷	113件
3位	目のけがや異常	46件
4位	皮膚（マメ、虫刺され等）	44件
5位	体や足の痛み	26件

けがの来室人数（1日平均）



全国の統計ではすり傷が最も多いのですが、日吉台小では、打撲が多くなっています。「ボールが当たった」「友達とぶつかった」などの場面が多い様子です。遊びの種類（おにごっこやドッジボール、サッカーなど）によって校庭をゾーン分けしたり、廊下の歩き方を見直したりして、昨年度よりけがの件数は減ってきています。

また、疲れがたまっていると集中力が落ちて、思わぬけがや事故に遭いやすくなります。昨年度は月曜日のけがが最も多かったのですが、今年度は月曜日のけがも減っています。休日の過ごし方の工夫や、早寝早起きなど、ご家庭でも健康管理やけが予防に努めていただいているおかげです。

～こんなときは～



すり傷

水道水でよく洗う



鼻血

小鼻をおさえて下を向く



やけど

水道水でよく冷やす



目にゴミ

ためた水につけて
まばたきをする