

# ほりなみなみより



夏休みが明け、佐野小の子どもたちの元気な姿が見られて嬉しいです。一方で、今年の夏は気温が高い日が多くだったので、夏の疲れが残っている人も多いのではないでしょうか？

つい注意散漫になってケガが増えやすい時期でもあります。これから の時期、自然教室や修学旅行など大きな行事も控えています。思い切り楽しむためにも、ケガや体調不良にならない様、日常生活でも注 意力を高めていきましょう。

令和7年9月5日

みしましりつ さのしょうがっこう  
三島市立佐野小学校

ほけんしつ  
保健室

AEDや非常口の場所を  
覚えておこう



9月9日は「救急の日」です。



みなさんは、佐野小学校のどこにAEDがあるか知っていますか？

※AEDとは、正常に動かなくなった人の心臓を正常な動きに戻すための機器。誰でも使用できるように、電源を入れると音声ガイドが流れ、手順を教えてくれます。

佐野小学校には、「保健室前の廊下」にあります。

## 避難生活を支えるもの

携帯トイレなど  
衛生面や睡眠に  
関わるもの

## 必需品

眼鏡など  
生活に欠かせない  
調達しづらいもの

## 水と食料

支給まで  
時間がかかることも。  
最低三日分×家族分の  
水と食料を

## おうちの人と



## 非常用持ち出し袋を確認！

ぐに避難しなければ命に関わるような危険が  
迫ったら持ち出すのが非常用持ち出し袋。万  
が一のときのために、おうちの人と用意したり、中  
身を確認したりしておきましょう。

## 貴重品

現金など  
避難生活の継続、  
生活の立て直しに必要なもの

## 応急手当用の救急セット

ばんそうこうなど  
ケガをしたときに  
備えるもの

## 避難時に使うもの

ヘルメットなど、  
避難先までの移動を  
サポートするもの

## 情報収集ツール

ラジオなどスマホが  
使えないても  
情報を集められるもの

# 9月の保健目標

安全な生活を送ろう

## 自転車、の こんな乗り方を していませんか

自転車でも危険な運転は、  
自分や周りの人のケガ、命の危険につながることも。

スマホを使いながら  
運転



イヤホンをつけて運転



傘さし運転

無灯火運転



こうづらいはん  
交通違反をしてしまったら、車などと同じように罰金を払う必要があります。  
ただうんてんごころ  
正しい運転を心がけましょう。

保護者の方へ



☆夏休み明け生活リズムチェックカードを児童のタブレット内のメタモジへ配布しました。お子様が規則正しい生活リズムで過ごせているか、心も体も調子が良く元気に過ごせているか等、お子様の様子を御家庭でも見ていただけますと幸いです。また、1週間の生活リズムチェックが終了したら、カード下段の「おうちの方から」欄へコメントの記入をメタモジにてよろしくお願ひいたします。お忙しい中とは思いますが、御協力をよろしくお願ひいたします。

☆1・4年生を対象に「色覚に関する健康相談（色覚検査）の希望調査」を配布します。（希望者のみ色覚検査実施）

1・4年生の保護者の方は、各家庭でご検討の上、希望の有無に関わらず全員提出をよろしくお願い致します（9/22配布、9/29〆切）。御不明な点や心配な点がありましたら、養護教諭まで御連絡ください。

色覚に関する健康相談  
申し込み希望調査

希望者に色覚検査実施

結果を家庭へ通知



御不明な点、心配な点  
がありましたら、養護教  
諭まで御連絡ください。



9月22日～29日

10月上旬

10月中旬