



富田林市立富田林小学校 保健室

きょう 2学期のスタートです。まだまだ暑い日が続きます。熱中症には十分に気を
つけましょう。またこの時期は夏休みとの生活リズムの変化で体調を崩しやすかったり
つか 疲れが出やすいときです。疲れを感じたら早めに寝るなどして健康に過ごせる工夫をしましょう。

9月の保健行事予定

*髪の毛は下の方でくって
きてください

9月 4日(金) 二測定 (5、6年生) 9月 10日(木) 二測定 (2年生)
9月 11日(金) 二測定 (4年生) 9月 14日(月) 二測定 (3年生)
9月 16日(水) 二測定 (1年生)
9月 9日(水) 脊柱側弯症検査(1次)

→対象者：5年生全員・対象者(お知らせします)

*体操服忘れずに！



9月1日は防災の日

／おうちの人と

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



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

非常用持ち出し袋を確認！

必需品
眼鏡など
生活に欠かせない
調達しづらいもの

す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。

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

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

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

情報収集ツール

ラジオなどスマホが
使えなくても
情報を集められるもの

9月9日は救急の日

ケガを
したときは



すり傷：水道水でよく洗う



やけど：水道水でよく冷やす



ねんざ：
動かさないようにして冷やす



切り傷：
清潔なガーゼを当てておさえる



目にゴミが入った：
水に顔を付けてまばたきする