

山口県でも新型コロナウイルス感染症が広がっています。
手洗いやマスク、人ごみをさけるなどの対策を今まで以上に気をつけましょう！
9月になりましたが、まだまだ暑い日もありますので、
熱中症には十分に気をつけましょう！

○ 9月9日は救急の日です。もしケガをしたときは、まず応急手当を！

応急手当 はじめの一歩

洗う
こんなときにするよ

すり傷
水道の水で汚れを洗い落とします



冷やす
こんなときにするよ

だぼく
氷のうをあてて冷やします。感覚がなくなってきたら一旦休み



押さえる
こんなときにするよ

切り傷
清潔なガーゼなどを傷口にあててぎゅつと押さえます



鼻血
小鼻をつまんで少しづつ止めます



保護者の方へ

- 宇部市や近隣市で新型コロナウイルス感染者が増えています。今一度、ご家庭での感染症対策(朝の健康観察、手洗い、不要不急の外出を控える等)の徹底をお願いします。また、発熱のある場合は登校を控えるようお願いします。
- 健康観察カードに、ご家族の健康状態や平熱の記入欄を加えましたので、ご活用ください。
- 『自治会連合会』『上宇部校区婦人部連合会』『きらめき隊』より上宇部小の子どもたちのために、マスクを寄贈していただきました。配付いたしますのでご活用ください。



○ 病気やけがを予防しよう！！

あなたの元気を守るのは？

「あたりまえ」を続ける

手洗いをする。バランスよく食べる、早寝早起きをする。歯みがきをするなど、毎日の「あたりまえ」と思っていることを続けて、病気になるのを防ぎます。

「ルール」を守る

学校の遊具を正しく使う、ろうかを走らない、交通ルールなどを守ることでケガを防げます。



あなた元気を守るのはあなた自身です！！



○ 健康診断が始まります！

9月は内科検診と歯科検診があります。
前日は体をきれいに洗ったり、歯を丁寧に磨いたりするようにしましょう！

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
内科検診	9/14	9/8	9/10	9/17	9/11	9/1
歯科検診	9/15					

健康診断 なぜするの？



1 どれくらい成長した？

去年の自分とどれくらい違うかを確かめることも大切な目的です。



2 病気の疑いは？

学習や運動など学校生活を送る上で注意することがないかを調べます。

3 自分の体は？

今の自分の体の状態を知って、日々の生活に生かしていきましょう。

