

ほげんだより



令和元年8月30日
新座市立栗原小学校
養護教諭 佐藤史織

いよいよ2学期が始まりました。朝、登校してくる子どもたちの元気な笑顔に会えて、安心しました。2学期の初めは夏の疲れや不安定な天候による気温の変化で、体調を崩しやすい時期です。お子さまが早く学校の生活リズムをとり戻し、2学期も元気に過ごせるよう、ご家庭での体調管理をお願いいたします。

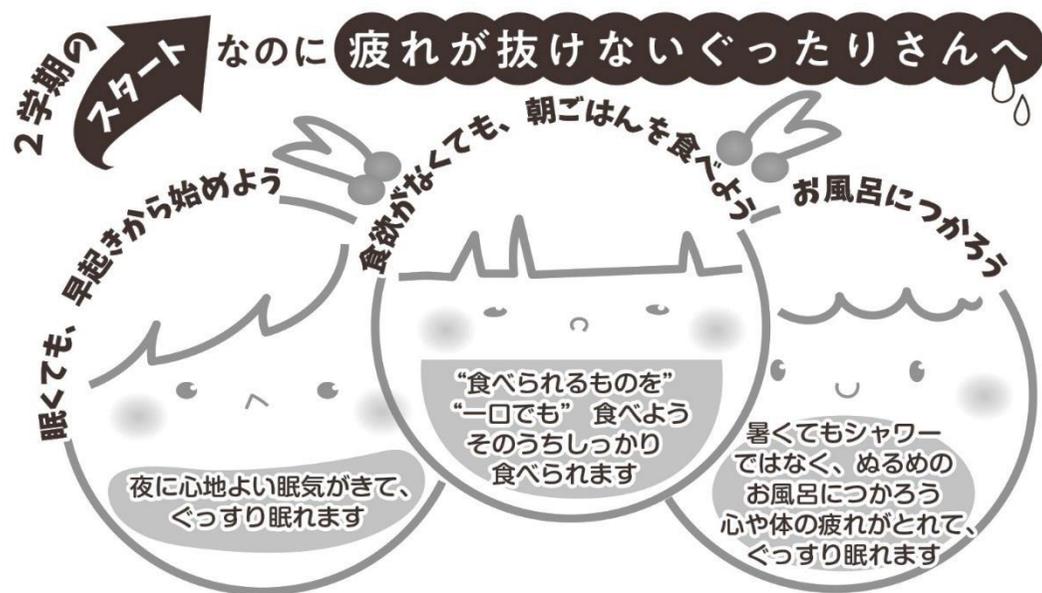
8・9月の保健行事

| | | |
|----------|------|-------|
| 8月30日(金) | 発育測定 | 3・4年生 |
| 9月 2日(月) | 発育測定 | 1・2年生 |
| 4日(水) | 発育測定 | 5・6年生 |



8・9月の保健目標 規則正しい生活をしよう

夏休みなどの長期の休み明けは、体調不良で保健室に来る子が多くなります。その原因の一つが生活リズムの乱れです。冷たい物の食べ過ぎによる胃腸の弱り、夜更かしによる頭痛や吐き気など、食生活と睡眠時間は特に影響が出やすくなります。生活リズムを見直して、基本の「早寝・早起き・朝ごはん・朝うんち」ができるようにしていきましょう。



救急の日とは、救急業務や救急医療に対する国民の正しい理解と認識を深めるとともに、救急医療関係者の意識を高めることを目的として、1982年に定められました。

「救急」と聞いて私たちに一番身近なのは救急車。皆さんは救急車についてどれだけ知っているのでしょうか？ここでクイズです！

①現在、日本にある救急車は何台？(H27年度)

- A 1201台 B 6184台 C 21927台

3択は、救急車・消防車・はしご車のどれかです！

②2018年の1年間、救急搬送された人数は何人？

- A 約73万人 B 約156万人 C 約596万人

時間によると、5.3秒に1人が救急車で運ばれています！

③救急車を呼ぶかどうか迷った時、相談に乗ってくれる番号は？

- A #7119 B #8119 C #9119 (答えは下にあります)

クイズの正解を見ると、救急車の適正利用が叫ばれている理由が分かります。この機会に救急車の利用の仕方について考えるとともに、万が一の時のため、救急車の呼び方も確認しておきましょう！（携帯電話でも119番で呼ぶことができます。「携帯から」と伝えましょう！）

7/2(火) 第1回学校保健委員会を行いました！

「ジュニア救命士講習会」講師:新座消防署 救急隊員2名、養護教諭

授業参観を兼ねた学校保健委員会を開催し、5年生が心肺蘇生法について学びました。冒頭のメッセージビデオでは、AEDを使用した時の実際の音声も流れ、緊張感のある表情で授業に臨んでいました。胸骨圧迫(心臓マッサージ)の練習キット「あっぱくん」を使っての実習では、保護者の方に子どもたちの側まで来ていただき、様子を見守っていただきました。力が入らず難しかった子もいたようですが、みんな一生懸命取り組んでいました。



保護者の方には、人形と練習用AEDも使っていただきました。救急隊員の方に積極的に質問している方もいらっしゃいました。ご多用のところご出席いただいた保護者の皆様、ありがとうございました。

*第2回学校保健委員会は2月17日(月)に開催予定です。株式会社カルビーから講師の方をお招きし、「おやつ」についてご講義いただきます。