

保ってステーション 9月

令和6年9月9日
浅野川中学校
保健室

夏休みが明け、2学期が始まりましたね。
体調管理や生活リズムを整えながら、毎日元気に過ごしましょう。



こんにちは！今月の保健だよりは、教育実習生の高松楓佳（たかまつふうか）が担当しました。
みなさんと学校生活や行事を通して、たくさんの時間を過ごせることを楽しみにしています！

まだまだ気を付けよう熱中症！

みなさん、9月に入りましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。
まだまだ熱中症には、気を付ける必要があります。
9月は、運動会や新人大会など、熱中症対策が必要な行事があります。
十分な水分の補給、適度に休憩をとり、熱中症対策を心がけましょう。



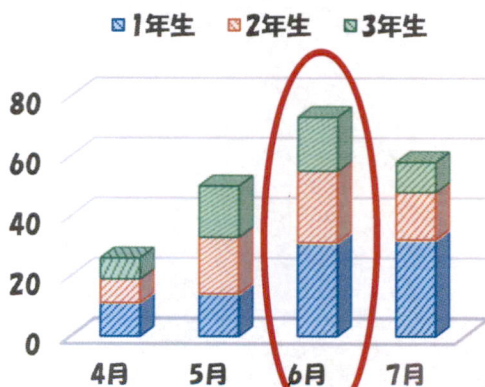
今日
9月9日は救急の日



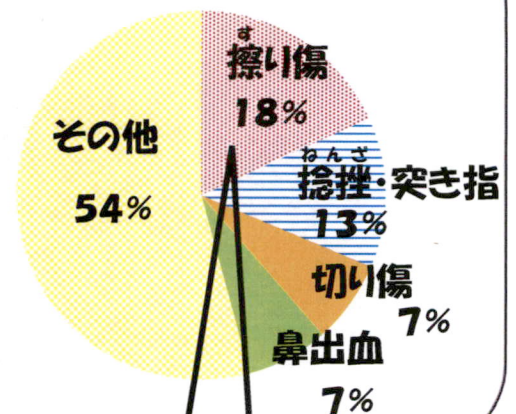
きゅう きゅう
99

～1学期のケガの状況～

ケガの人数



ケガの種類



各学年で **6月**に最も
ケガが多いです！



最も多いケガは
擦り傷でした！

もしケガをしてしまったらどうすればいい？

捻挫や打撲などのケガには…



RICE (ライス) 療法

Rest

安静

動かさない
いじらない



Ice

冷却

氷のうなどで冷やし
腫れを防ぐ



Compression

圧迫

おさ
抑える

Elevation

挙上

高くあ
挙げる

虫歯は治しましたか？

▼9月6日時点の虫歯のようす

3年生 4/6 人

2年生 8/12人

1年生 20/27人

4/6 人

↑ ↑
まだ治療して 虫歯があった人数
いない人数



現在の治療率

31%

1年生は虫歯があって治療していない人がたくさんいるぞー！
このまま治さなくていいのかな？



保健室からのお願い

4月から行われた健康診断の結果で、異常の疑いがあった人には、
すでに結果のお知らせ用紙でお伝えしてあります。

未受診の人は夏休み中に受診しましたか？

まだの人は早めに受診し、お知らせ用紙の提出をお願いします。

重要

