



令和7年9月1日
目黒区立上目黒小学校

充実した夏休みを過ごすことができましたか。夏休みの保健室からは、校庭の砂を入れ替える工事の様子がよく見えました。涼しくなって、きれいになった校庭で遊ぶのが楽しみです。明日からの発育測定では、身長・体重を測る前に、先生たちから体に関するお話をします。体操着や髪の毛の結び方の準備をしておいてください。まだ暑い日が続きます。汗拭きタオルや水筒を忘れずに、9月も元気に過ごしましょう。



身体測定の前に、先生たちからお話をします。

日付	学年	保健指導をする先生	準備など
2(火)	5年生	健康トレーナー ヘルスリテラシー 正しい情報で『健康』になろう!	たいそうぎ ・体操着 あたま ・頭の上で おす 結ばない髪型 ×
3(水)	2年生	養護教諭 じぶんでできる!けがのであて	
4(木)	6年生	健康トレーナー ヘルスリテラシー 正しい情報で『健康』になろう!	
5(金)	4年生	栄養士 あさ た 朝ごはんを食べましょう!	
8(月)	1年生	養護教諭 じぶんでできる!けがのであて	
9(火)		栄養士 あさ はん た 朝ご飯を食べましょう!	

※授業との関係で、日程を変更する場合があります。

※欠席した人は、登校してか後日、保健室で測定します。

9月9日は 救急の日

◎AED(自動体外式除細動器)を知っていますか？

人が急に倒れたときに使います。ふたをあけると自動で音声の流れ、
使い方を教えてくれます。上目黒小学校にも設置してあります。
いざという時のために、場所を覚えておきましょう。



くつばこ よこ
靴箱の横にあります

救急クイズ ～上目黒小学校のどこにあるでしょう？～

①ミニ救急箱

教室や専科教室にあります！



②担架

倒れた人を運ぶとき
つかいます。



③かしたしよのたいそうふく

がっこうで洋服がよごれてしまったとき、
かりることができます。



引き出しに入っています！



★こたえ★ ①救急箱・・・教室 ②担架・・・保健室の入口 ③着替え・・・保健室

保護者の方へ

発育測定後、健康カードを返却します

測定後、保護者の方に健康カードを返却いたします。お手数ですが、確認後サインをしていただき、担任に返却をお願いします。4月から体重が減っている児童がみられますが、健康カードの発育曲線をみて、一時的な場合は様子を見てください。体調が悪い、元気なのに減り続けている場合は発育曲線を持参し小児科などで相談することをお勧めします。気になることや心配なことがありましたら、養護教諭までご相談ください。

お子さんの様子で気になることがあればご相談ください

久しぶりの教室、授業、友達…楽しいことがたくさんある反面、疲れている様子のお子さんも見られます。学校では、担任の朝の健康観察をはじめ、養護教諭からも身体測定や授業中の巡回等で児童の様子を見ていきます。「学校に行きたくないと話していた」「朝、泣いていた」「いつもより元気がない」など、ご家庭で気になることがありましたら、小さなことでも構いませんので学校までお知らせください。