



令和6年 9月2日
江戸川区立平井小学校
校長 渡邊 法子
養護教諭 細谷 希

1カ月以上あった長い夏休みが、あっという間に終わってしまいました。2学期は、運動会や学習発表会など行事がたくさんあります。1学期よりもさらに成長した姿を見られるのが、今からとても楽しみです。



9月の保健目標 生活リズムをととのえよう

9月から運動会練習が始まります。不規則な生活リズムで過ごしていると、熱中症や大きなけがにつながることもあります。また、免疫が弱くなり、風邪を引きやすくなる等、不規則な生活リズムは体調が悪くなる大きな原因の1つです。運動会練習がある日はもちろん、ない日も睡眠・朝食をしっかりととり、万全な体調で、練習・本番に臨めるよう、学校全体で指導・声掛けをしていきます。ご家庭でも、正しい生活リズムが送れるよう、体調管理のご協力をお願いいたします。



うんどう だいじ やくそく 運動をするときの大事な5つの約束



うんどう 運動をするときは、すいみん すいぶんほきゅう 睡眠や水分補給だけでなく、「サイズの合った靴を履く」「爪を切る」など、自分だけ

あいて だけでなく、相手にケガをさせないよう、しっかりと確認してから、たの うんどう 楽しく運動をしましょう！！

★1学期の保健室来室状況★

4月の保健室来室状況

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
外科	15	12	22	15	7	14	85
内科	7	2	7	8	1	4	29
合計	22	14	29	23	8	18	114

5月の保健室来室状況

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
外科	39	19	30	18	10	11	127
内科	15	6	15	14	6	9	65
合計	54	25	45	32	16	20	192

6月の保健室来室状況

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
外科	32	10	44	20	11	5	122
内科	8	7	23	13	6	13	70
合計	40	17	67	33	17	18	192

7月の保健室来室状況

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生	合計
外科	15	7	21	11	4	3	61
内科	8	3	19	9	7	8	54
合計	23	10	40	20	11	11	115

1学期は、廊下や階段、教室など、走ったり遊んだりしてはいけない場所で、約束を守らずケガをしてし

まう児童が何人かいました。2学期は約束を守り、ケガをしないよう意識して過ごしましょう。



★夏休み明けの発育測定を以下の日程で行います！★

体育着を忘れないようご家庭での声掛けをお願いいたします。

9月3日(火) 5・6年生
9月4日(水) 3・4年生
9月5日(木) 1・2年生

※欠席者は後日行います

