



令和7年(2025年)8月29日

札幌市立東光小学校

9月号 保健室

なが なつやす お がつき にちゅう あつ ひ
長い夏休みが終わり、2学期がスタートしました。日中はまだまだ暑い日もありますが、あさばん きおん さ きゅう きおん へんか たいちよう くす きせつ
朝晩の気温差や急な気温の変化で体調を崩しやすい季節になりました。これからますます涼しくなっていくしますので、登校する時は脱ぎ着しやすいふくそう えら きおん あ いふく ちょうせつ いしき
服装を選ぶなど、気温に合わせて衣服を調節することも意識しましょう。



9月の健康診断

★心臓検診(1年生のみ) 9月9日(火)

※検査の前に詳しいお知らせのお便りを発行しますのでご確認ください。

★二計測

9月24日(水) ⇒ 4・5・6年生

9月25日(木) ⇒ 1・2・3年生 こぶし学級

場所: ランチルーム

二計測は服を着たまま測定します。
(Tシャツ・ジャージ等なるべく薄着で)
この日は脱ぎ着しやすい服装・測定の
邪魔にならない髪型で登校してください。

☆保護者の方へ☆

二計測の結果は、子どもたちが記録用紙に記入して家庭へ持ち帰ります。

4月からの成長の様子を、お子様と一緒に御確認ください。



9月1日は「防災の日」です。地震や台風などの自然災害はいつでも起きてもおかしくありません。家庭の防災グッズを見直してみる、緊急時の避難場所や連絡先を家族全員で確認する等、この機会に改めて防災について考えてみましょう。

9月1日 防災の日は何をする? 家族でチェック✓

□ 自宅近くの避難場所は?

●地域で決められている避難場所まで、家族みんなで歩いてみよう。

□ 非常時の連絡方法は?

●災害用伝言ダイヤル「171」が利用できます。

固定電話や携帯電話から録音でき、その録音を聞くこともできます。

☆ふだんでも体験できる期間があるので、家族で試してみよう。

●遠方の親戚などの連絡先をみんなで確認しておこう。

☆連絡の中継をしてもらえます。

