

# ほけんだごり



令和7年9月10日  
多摩川の学び舎  
世田谷区立瀬田小学校  
校長 日高玲子  
養護教諭

夏休みも明けて、2週間が経とうとしています。登校時間から気温が高く、まだまだ暑い日が続きそうです。朝、校舎に入れる時間は8時10分からです。それより早く登校しても、校舎に入れず、外で待つことになりますので、登校時間にお気を付けください。また、帽子を着用し、水筒を持参して登校するようにしてください。



## 避難生活を 支えるもの



## 応急救急用の 救急セット ばんそうこうなど ケガをしたときに 備えるもの

An icon showing a yellow circle with a green border. Inside the circle, there is a green speech bubble containing the Japanese characters '必需品' (Bunshinbi), which means 'necessities'. Below the speech bubble, there are three smaller icons: a pair of glasses, a toothbrush, and a bottle of medicine.

# 非常用持ち出し袋を確認!

す ぐに避難しなければ命に関わるような危険が迫ったら持ち出すのが非常用持ち出し袋。万が一のときのために、中身を確認したりしておきましょう。

避難時に使うもの  
ヘルメットなど、  
避難先までの移動を  
サポートするもの

水と食料  
支給まで  
時間がかかることも。  
最低三日分×家族分の  
水と食料を

貴重品  
現金など  
避難生活の継続、  
生活の立て直しに必要なもの

情報収集ツール  
ラジオなどスマホが  
使えなくても  
情報を集められるもの

日頃から…



### 避難場所を確認する



### 非常用持ち出し袋を用意する



## 避難訓練をする



## 7月の感染症発生情報

- 百日咳 3 名 · 溶連菌感染症 1 名 · 手足口病 2 名

保健室からの  
お知らせ

2学期始めの計測の前に、養護教諭が保健教育を行いました。内容は次の通りです。終了後、拍手が起るクラスもありました。ぜひご家庭でも話題にしていただき、どんな話があったのか聞いてみてください。何か気になることがありましたらお伝えください。

1・2年生	3年生	4・5年生	6年生
プライベートゾーン	いろいろな違い (自分らしさ)	多様性	インターネットの使い方



←5年生の様子

冒頭で出題した「高飛び込みのトム・デイリー選手の趣味は何でしょう？」のクイズにも積極的に答えていました。悩みを聞くだけでなく、見守る優しさもあることをお話しました。これから、より一層、周りに優しくできるのではないかと思います。

→3年生の様子

人それぞれ「好きなもの」、「嫌いなもの」などがあり、との違いを認め、お互いが自分らしさを大切にできるように、とお話ししました。「それって多様性だよね？」などと声が上がり、普段からお互いを受け入れることができているようです。



「けんこうカード」について

2学期の計測が終了しましたので、「けんこうカード」をお返しします。お子さんの身長・体重をご確認ください。身長・体重が記入してある下の欄に保護者印またはサインをお願いします。

1・2年生

学年	1年			2年			3年		
学年	1	2	3	1	2	3	1	2	3
身長 (cm)									
体重 (kg)									
保護者 印(サイン)									

9月12日（金）までに  
担任にご提出ください。

3～6年生

学年	1			2			3			4			5			6		
学年	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	
身長 (cm)																		
体重 (kg)																		
保護者 印(サイン)																		