



ほけんだより9月



がっ ほけんもくひょう
9月の保健目標：けがに気をつけよう

令和8年 9月
おおさかしりつふくしょうがっこう
大阪市立福小学校
ほけんしつ
保健室



あっという間に夏休みが終わり、9月になりました。ゆっくり休めましたか？
夏休みに夜更かししてゲームをしてしまったり、朝起きるのが遅くなって朝ごはんを食べられなかったり・・・生活習慣がみだれてしまった人もいます。抜けだせ！夏休みモードです！少しずつ規則正しい生活を取りもどして、元気に頑張りましょう。まだまだ暑い日が続くので、熱中症にも注意しましょう ☺



いのち 命をつなぐAED

みなさんはAEDという言葉を知っていますか？

AEDは、心臓がけいれんして、正常に動かなくなったときに、必要に応じて電気ショックをあたえ、心臓が正常なリズムを取り戻す手助けをする機械です。

119番通報をしてから救急車が到着するまで、平均で **約8分間** かかるといわれています。心臓が止まってから1分ごとに救命率は7～10%下がり、助かる可能性が低くなります。できるだけ早くAEDを使用することは、命が助かる可能性を高めることにつながります。AEDは、学校をはじめ、駅や商業施設など様々な場所に設置されていて、福小学校では、ピロティと職員室に設置しています。もしものときに、大切な人の命を救うために、身近にあるAEDの場所を確認しておきましょう。



子どもたちの**勇気ある行動**が救った**命**

事例1 ちちおや じたく しんぞうほつ さ たお しょうがく ねんせい おとこ こ がっこう 父親が自宅で、心臓発作で倒れた。小学5年生の男の子は学校の救命教室で学んだ胸骨圧迫を実施。母親の119番通報とともに救命につなげた（2019年7月）。

事例2 ちゅうがっこう ぶかつどうちゅう こもん たお こうない ほか おとな ぶ いん つうこうにん てん 中学校の部活動中、顧問が倒れた。校内には他に大人がおらず、部員たちは通行人に電話を借りて119番通報。授業で学んだ胸骨圧迫やAEDで命を救った（2021年5月）。

これらの事例は、プロでなくても救命の担い手になれることを証明しています。いざというときに率先して、学んだことをやってみる。その**勇気ある一歩**が、目の前の大切な命を救います。

がくねん そくていに 学年(測定人 んずう 数)	がっへいきんしんちよう 9月平均身長(cm)		がっへいきんしんちよう 4月平均身長(cm)	
	だんし 男子	じょし 女子	だんし 男子	じょし 女子
ねんせい にん 1年生(13人)	120.2	121.5	116.7	119
ねんせい にん 2年生(16人)	124.2	123.2	121.6	121
ねんせい にん 3年生(17人)	133.7	130	130.7	128.4
ねんせい にん 4年生(12人)	139	138.1	137	135.8
ねんせい にん 5年生(20人)	141	145	138.4	141.8
ねんせい にん 6年生(16人)	146.6	149.5	145.2	146.6

はついくそくてい 発育測定

身長しんちようの伸びる時期の じ きや背の高させ たかには、個人差こじんさがあります。何か不安なに ふあんがあるときは、いつでも保健室へ来てくださいね。また、発育測定はついくそくていの前に、各学年まへ がくがくねんにおいて保健指導ほけんしどうを行いました。



- 【1年生】体温ねんせいの正しいたいおん ただはかりかた・傷きずをあらうこと
 - 【2年生】うんちについて・トイレといれをきれいに使おう
 - 【3年生】はりっぱなしのばんそうこう
 - 【4年生】歯はの王様、第一大臼歯おうさまだいいちだいきゅうしをまもうろ
 - 【5年生】林間学習りんかんがくしゅうにおいて～けがの手当てて あを知ろう～
 - 【6年生】修学旅行しゅうがくりょこうにおいて～大切な友達たいせつ ともだちレシピ～
- 学んだこと思い出して、心も体も健康にすごしましょうね。☺



いのち あんぜんきょういく 生命の安全教育について

9月10日に5年生を対象に、文部科学省の推進事業である生命の安全教育を実施します。子どもたちが安心して過ごすために必要な内容を、発達段階に応じて扱います。5年生は「人とのきより感」について学習します。ワークシートを持ち帰りますので、ご家庭でもぜひ、お子さまと一緒に考える機会にしていただければと思います。