

9月のほけんだより

令和5年8月22日
大田区立調布大塚小学校
校長 玉野 麻衣
養護教諭 山本 順子

旧暦の8月15日の夜に見える月が最も美しいとされる「十五夜」。今年は9月29日
がその日にあたります。平安時代には貴族たちが月を愛でて宴を催したと言います。それも空の月ではなく、水面に映った月を楽しんでいたそうです。鈴虫の澄んだ声が響く秋の夜長は、月を眺めてゆったり過ごすのもいいですね。



痛い!
目に何か入った



目をこすると
こんな危険が!!

目に何かが入ったとき、
あわてて手でこすっていませんか
実はこれ、とっても危険なのです。

- ① 目の表面が傷つく
- ① 目の奥も傷つく
- ① 手についた細菌などで感染し
充血したり、まぶたが腫れる

手で触らず 水で洗おう

水をためた洗面器などに顔をつけ、パチパチとまばたきをして
ください。それでも取れないときや、痛みが強いときは病院へ
で診てもらいましょう。



—9月の保健行事—

6日(水) 発育測定 1・2年生

7日(木) 発育測定 3・4年生

8日(金) 発育測定 5・6年生

13日(水) 学校保健委員会 14:00~15:00

29日(金) 移動教室前検診 6年生





地震、台風、豪雨、火事。いつ私たちの身にふりかかるかわからないのが災害です。災害が起きたとき何より大切なのは、あわてずに身を守ること。そのため「もしも」に備えた正しい知識を、普段から身につけておきましょう。



Q 災害時の情報はSNSで入手するとい

○か×か？

答えは×

SNSの情報はうわさ話には、憶測やデマもあります。携帯ラジオを準備しておいて、正しい情報を手に入れましょう。

Q 災害で、もしも建物に閉じ込められたら、助けられるまで大声で叫び続ける

○か×か？

答えは×

すぐ近くに人がいれば大声で助けを呼びましょう。でもむやみに大声を出し続けると、体力を消耗してしまいます。人の気配がないときは、近くにあるものを叩いて音を出しましょう。また、停電が起きるとエレベーターに閉じ込められる心配があります。階段を使いましょう。



Q 雷が鳴ったら、大きな木の下に避難する

○か×か？

答えは×

木に雷が落ちると電流が流れてくることがあり危険です。建物か車の中に逃げましょう。



Q 火事で煙が出ていたら姿勢を低くして逃げる

○か×か？

答えは○

煙は有毒で、吸い込むと命にかかります。煙は上に進むので、姿勢を低くして、壁づたいに横か下方向に逃げましょう。



Q 地震が来たときに火をつけていたら、すぐに消しに行く

○か×か？

答えは×

まず、テーブルの下に隠れるなどして、自分の身を守りましょう。火を消すのは揺れがおさまってからにしましょう。