9月 ほけんだより



令和８年９月１日
大森第四小学校
校　長　後藤　眞里
養護教諭　碓氷　順子

長い夏休みが終わり、いよいよ２学期が始まりました。学期初めは、生活リズムの変化でだるさ・疲れが出やすくなります。また、９月も残暑が続くので、熱中症にも気をつける必要があります。早寝・早起き・朝ごはんの生活リズムを整えて、体も心も元気いっぱい過ごせるようにしましょう。

９月の保健行事



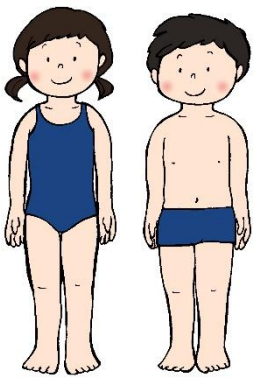
日にち	健診内容（学年）	留意点
２日（水）	身長・体重計測（６年生）	体育着を持参する。
３日（木）	身長・体重計測（５年生）	体育着を持参する。
４日（金）	身長・体重計測（４年生）	体育着を持参する。
７日（月）	身長・体重計測（３年生）	体育着を持参する。
８日（火）	身長・体重計測（２年生）	体育着を持参する。
９日（水）	身長・体重計測（１年生）	体育着を持参する。
１０日（木）	歯科健診（２・４・６年生）	朝、登校前に歯磨きをしてくる。
	歯科指導（６年生）	学校歯科医の中村先生よりご指導いただきます。
１７日（木）	歯科健診（１・３・５年生）	朝、登校前に歯磨きをしてくる。
	歯科指導（２年生）	学校歯科医の中村先生よりご指導いただきます。

＜　自分だけの大切な『プライベートゾーン』を守りましょう！　＞

２学期の保健指導で全校児童に「プライベートゾーン」を守りましょう！と指導を行います。ご家庭でも大切な自分の身体を守るようお声掛けください。

プライベートゾーンとは…
口と水着で隠れるところ
（むね、おしり、せいき）

中でも水着で隠れているところは
命に関わる大切なところ
見ない！
見せない！
触らせない！



自分のプライベートゾーンを見られたり、触られたりして嫌だった時には、
「いやだ！」とはっきり断って逃げよう。
安心できる大人に相談しようね。

お友達のプライベートゾーンはお友達にとって大切なところです。**見たり触ったり、からかったりしてはいけません。**
プライベートゾーンのからかいは、いじめやセクハラです。絶対にやめましょう。

保護者の方へ

☆健康カードに押印をお願いします。

身長・体重の計測が終わりましたら、健康カード（身長・体重が記入されているカード）を配布します。見開き右側に記録がありますので、お子様の成長の記録の確認をお願いします。

該当学年の９月の身長・体重の保護者印の欄に押印の上、４～６年生は９月１１日（金）まで、１～３年生は１８日（金）までに担任に提出してください。