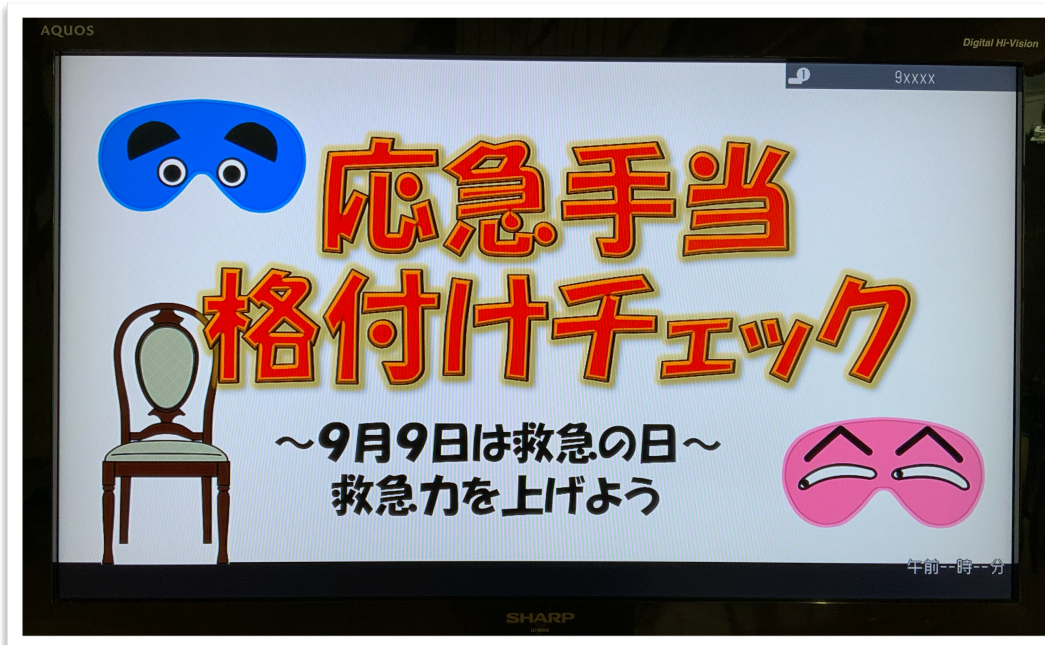


2025年10月3日



# 10月保健だより



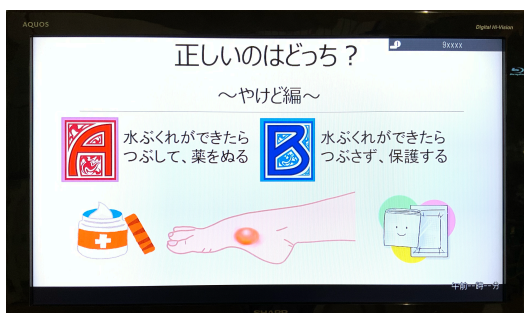
## 9月9日は救急の日

今月は応急手当に関するクイズを作りました。自分や身近な人がケガをした時に役立つ応急手当について、クイズで対処方法を確認しておきましょう。ケガや事故は突然起こります。どんな時にも慌てず、対処方法を思い出して、実行してくださいね。

※応急手当は治療ではないので、手当をしたら医師に診てもらいましょう。

クイズを一部紹介します！

答えは保健室前のモニターで確認してください！



ケガする人

ケガしない人

ケガは少しの注意で防ぐことができる！

運動する前に  
準備運動をする



爪を切っておく



何をするにも  
焦らず、  
落ち着いて



「第1回ハッピーライフチェック」 9月1日（月）～9月5日（金）







各学年で改善できるように取り組んだ項目と結果

1年生 メディア 60% ※前年度（小6）A評価 83%

2年生 早起き 85% ※前年度（中1）A評価 50%

3年生 メディア 50% ※前年度（中2）A評価 50%

今回の取り組みでは、A評価の割合が下がった学年もありますが、**C評価からB評価になった人が増えている**印象でした。各学年の取り組みのおかげで**結果の全体的な底上げ**に繋がっていると思います！お疲れさまでした。

	A評価の割合		A評価の割合
 早起き	71%	 夜ごはん	100%
 朝ごはん	86%	 夜はみがき	93%
 メディア	71%	 早寝	64%

各学年で決めたためあての項目は、ほとんどの生徒が昨年度よりも良い結果となりました。普段よりも少しだけ気をつけて生活しようと心がけてくれたことがとても嬉しいです！

大人になってから生活習慣を変えることはとても難しいです。だからこそ、**中学生の今の時期に良い生活習慣を身につけておく必要があります。**第2回ハッピーライフチェックは後期期末です。次回も頑張りましょう！👊