

# 9月 ほけんだより



がつつつ か ひ がつこのか きゅうきゅう ひ さいきん ころ ひ か  
9月2日はくつの日、9月9日は救急の日です。最近、転んだり引っ掻いたりして

け が ひと きかい みなお  
怪我をしたという人はいませんか？この機会に見直してみましょう。

みな ふだん くつ は ちい くつ あし いた おお  
皆さんは普段、どんな靴を履いていますか？小さい靴は足を痛めたり、大きす

くつ ぬ つまづ ころ げんいん  
ぎる靴は脱げやすいので、躓いたり転んだりする原因になります。これからの

きせつ たいふう おお じめん ぬ すべ ばあい  
季節は台風が多くなります。地面が濡れていると滑りやすくなる場合があるので、

あめ ひ すべ くつぞこ は  
雨の日は滑りにくい靴底のものを履くようにしましょう。

つめ の か みじか  
また、爪はいかがでしょうか。伸びすぎていたり、噛んで短すぎたりしていません

つめ の ひ か お け が げんいん か  
か？爪が伸びていると、引っ掻いたり折れたりして怪我の原因となります。噛ん

つまさき あいて きず あんぜん  
で爪先がギザギザになっていると、相手を傷つけてしまうこともあります。安全の

しゅう かい つめ  
ためにも、週に1回は爪のチェックをしましょう。



9月のよてい

たいじゅうそくてい  
11(月)～15(金)体重測定

みうらいしらいしょ  
15(金)三浦医師来所

いそがいいしそうだんび  
29(金)磯貝医師相談日

