

# ほけんだよりが

No.6  
八幡台小  
保健室  
H28.9.5

1回のはじまりは  
あざしをあびて  
スイッチオン!



楽しい夏休みも終わり、学校のあちこちから子どもたちの元気な声が聞こえてきます。朝夕はすこし暑さがやわらいでいますが、まだまだ暑さが続きそうです。

運動会の練習ももうすぐ始まります。秋口にかけて夏の疲れが出ないように、『早寝早起朝ごはん』をしっかり守り、1日でも早く学校生活のリズムに戻せるようにしましょう。

水筒のお茶は多めに。塩分を加えて、熱中症予防をしましょう。

よいリズムを  
取りもどすために



## 9月保健行事予定

9月	6日(火)	身体測定	3年	7日(水)	身体測定	4年
	8日(木)	"	5年	9日(金)	"	6年
	13日(火)	"	1年	14日(水)	"	2年

※ 身体測定は体操服を着て実施します。忘れないようにしましょう。

※ 視力手帳をもらっている人は提出してください。

なお、見開きページの右端に保護者印を押してください。

※ 歯の治療等が終了した人は受診結果を提出してください。

髪の毛は、  
耳より下で  
結んでね!



まだあつい?

もうすずしい?

「今日」にあわせてすごそう

さいきん がつ はい ねっちゅうしょうたいさく ひつよう  
最近では9月に入っても熱中症対策が必要なくらい、暑い日が続くことが  
おお なつ あき きせつ か ひるま あつ あさ  
多いですね。でも、夏から秋へ季節の変わりめなので、昼間は暑くても朝や  
ゆうがた おも すず  
夕方には思ったより涼しくなる…そろそろ、そんな日があるかもしれません。



『ころもがえ』はもう少し先ですが、服すこ さき ふくそう  
や持ちものなどを天気・気温てんき きおんにあわせてすご  
してほしいと思います。朝、登校するとき「汗  
をかきそうだから、着がえがおも あさ とうこういるかな」「長なが  
でシャツがあったほうがいいかな」など、天  
気予報てんき よほうを見たり、おうちの人と相談ひと そうだんしたりし  
て、きちんと準備じゅんびしてきてくださいね!

じゅんび

ととの

準備をしっかりと整えて・・・もうすぐ



うんどうかい



《おうちの方へ》

- ・水筒を忘れてしまい、水分補給ができず具合が悪くなってしまうお子さんがいます。忘れないように持たせて下さい。
- ・運動会の練習に伴い、擦り傷・切り傷等、怪我の増加が見込まれます。保健室では、「今日」「いま」起こった怪我の応急手当てをします。長期的な手当て、湿布・絆創膏の交換等のご家庭で対応をお願い致します。
- ・朝、お子さんの様子を見て頂き健康観察をし、少しでも体調がすぐれないようなら、無理をせずに休ませて下さい。

# けがをしたとき

いつ  
どこで  
なにをして  
どこが  
どうなった

ひるやす  
お昼休みに

ろうかです

あたまを  
ぶつけた

ぶざけていて

# 自分の言葉でいえますか?

# ぐあいが悪いとき

どこが  
いつから  
どうなった  
思いあたる  
ことは?

おなか(まんなか)  
すこした  
より少し下(下)が

かっこう  
学校に  
きてから

いたい...

あさ朝、トイレに  
いかなかった