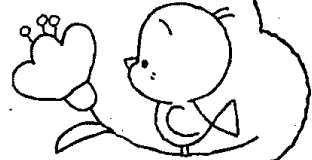


ほけんだより

H27. 9. 1
宮前小学校



心とからだの健康についてのおたよりです。おうちの人といっしょに読んでくださいね。

まだまだ暑さが厳しいですが、夏休みが終わって2学期が始まりました。
みなさんは、どんな夏休みを過ごしたのかな？
（はやく会わない間に、心も体も成長したことだと思います。）
これから始まる2学期は、1年間の中で一番長い学期です。うれしいことや楽しいことたくさん出あえる（見つめられる）2学期になりますように！



9月のめあて
けがをしないように
気をつけよう！



けがは、
☆心や体のちょうしがよくない時
☆時間がなくて急いでいる時
にも起りやすくなります。
気をつけたいですね。

昨年度、学校で起こったけがで病院のお世話になったもの
中で「ふせげのこも…」と思うものをいくつか紹介します。



- 走って階段をのぼっているとき、
あごを階段の角にぶつけて深く
切れた。
- 版画の板をほめている時に、
左手と右手の間に置いていたため、
手がすべてちぎれて左手の指を
切った。

- となり合う2つの机に手をおいて
足をぶらぶらさせていたところ、手が
すべて顔を床にぶつけた。
(あごを切るけが) (歯を強くうけが)
- 友だちが急に体をくすぐりにきた
ので、それをよけようとしてころび、
近くのすいすい顔をぶつけた。

どんなことに気をつけていれば、このけがは起こらずに
おんだか、かんかえてみてね!!

クイズ 血を止めたいときは、きず口を

① 心臓より
高くする

上だよ

② 心臓より
低くする

下だよ

こえは、
ほけんしつ前で
たしめろね!

9月のほけん行事

2日 (水)	身体測定	6年
3日 (木)	身体測定	5年
4日 (金)	身体測定	4年
8日 (火)	身体測定	1年
9日 (水)	身体測定	3年
10日 (木)	身体測定	2年

体どう腹ではかります。
わすれずに持ってきてね!



- ◎ 緊急時の連絡先等に変更があればお知らせください。
4月にご提出いただいている緊急連絡カードの内容（緊急時の連絡先・・・お家の方の携帯番号やお仕事先等や保険証の番号等）が変わられた場合は、できるだけ早く担任または保健室までお知らせください。
- ◎ 夏休み中に大きな病気をした、または大きなけがをした（今も治療中など）場合、また心身の健康面で気になることがある場合は、担任を通じて保健室までお知らせくださいますようお願いいたします。
- ◎ 視力手帳の締め切りが9月4日（金）となっています。まだお家にある方は、必ずご提出ください。
- ◎ 水筒（たっぷりのお茶や水）・汗拭き用のタオルやハンカチを持たせてください。