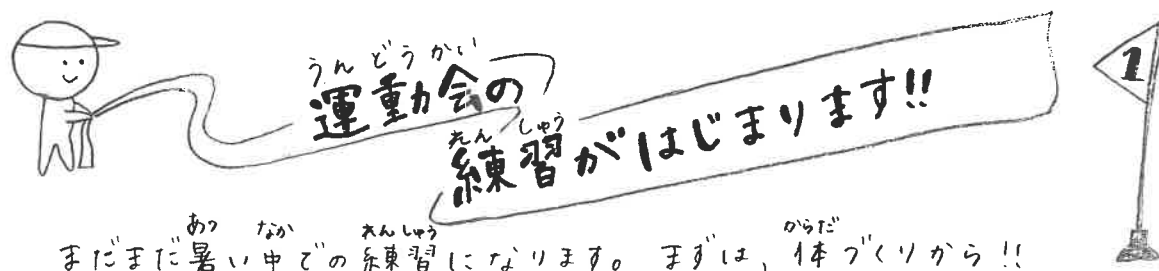




あさばん すこ 朝晩は少しすずしくなってきましたが、ひるま 昼間はまだまだきびしい暑さがつづいています。てんき 天気が不安定なこれからの時期は、いっしょ 体調をくずしやすい時期でもあります。はやく 早ね、はやく 早おき、あさ 朝ごはん、こまめに 水分をとって、にのしい 行事がたくさんある2学期を元気にすごしましょう！



すい 水、あせふきタオルをお手入れないようにしよう。たい 体着、赤白ぼうしなどもお手入れしよう、も 持ち物をしっかりチェックしよう!!



9月9日は、救急の日



こたえは ほけんレフ まえ 保健室前に はって(います)!



けがをしたとき、自分でできる手当てがあります!

さて、それぞれどちらか正しい手当てか、かんがえてみよう!

1. すりきず



- ① すぐにばんそうこうをはる。
- ② まず、水であらう。

2. きりきず



- ① きずぐちを上にあける。
- ② きずぐちを下にあける。

3. つきやけど



- ① こおりでいやす。
- ② ゆいをはる。

4. ねんざ



- ① あたためて、マッサージをする。
- ② いやして、うごかさない。

5. はなぢ



- ① 上をむいて、首のうしろをたたく。
- ② 下をむいて、はなをつまむ。

6. やけど



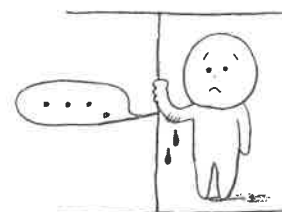
- ① 水でいやす。
- ② くすりをぬる。

☆ いいたみや はれがつづくとき、いどくなるときは病院でみてもらいましょう!

おまけにもう1もん!

7. けがをして(ほけんレフ)へいったらどうする?

- ① 先生が声をかけてくれるまで、だまってまつ。
- ② つきそいの友だちに、せつめいしてもらおう。
- ③ 自分で、いつ、どこで、どこをけがしたか先生に言う。



保護者のみなさまへ

運動会の練習がはじまりますので、水分は多めに持たせてください。

寝ている間にも水分は体から出ていきますので、朝食時や登校前にはお茶や水での水分補給をお願いします。歯科健診にて「受診が必要」と言われたり、まだ受診率報告書を提出できていない方には、今月末頃再度お手紙を渡しますので、早めの受診をお願いいたします。