

★おうちの人と一緒に読みましょう。★

# ほけんだより 9月

家庭数

令和4年8月29日  
鴻巣市立小谷小学校  
保健室

2学期が始まりました。8月は暑い日が続きましたが、夏休み中は楽しく過ごすことができましたか？ 早寝・早起き・朝ごはんはできましたか？ 歯みがきも1日3回できましたか？ 水分補給をしっかりと、熱中症に気を付け、2学期も元気に過ごしましょう。



## 気をつけて！ ケガするカモ!?



どうすればケガをしないか、考えてみよう

どうすれば自分も友だちもケガをしないか、考えてみよう

- 1
- 2
- 3

- 4
- 5
- 6



- ポイントは...
- ものを正しく使う
  - ルールを守る
  - まわりの人のことを考える

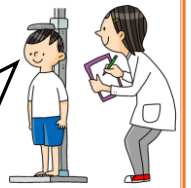
みなさんが「面倒だな」と感じる決まり事にも、きちんと意味があります。また、「自分は大丈夫」「少しくらいなら...」と思っていると、大きな事故が起きてしまうこともあります。どうすればケガを防げるか、考えてみましょう。

はついくそくてい  
発育測定があります！

8月31日(水) 1・2・3年生  
9月1日(木) 4・5・6年生

※結果は「健康の記録」でお知らせします。

ぬたまうえかみむすぶと  
頭の上で髪を結ぶと  
せいさくしんちようほか  
正確な身長を測ることが  
できないので、耳の横  
などで結びましょう！



ケガをしたら...

まずは自分でできること

まだまだ暑さが続いています。つかれがたまっているときは思わぬケガをすることも…。そんなとき「すぐ保健室へ！」の前に、みなさんが自分でできること、しておいてほしいことがあります。ぜひおぼえておいてください。



あらう



おさえる



あげる



ひやす



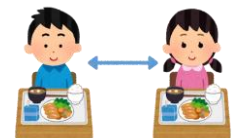
がっき かんせんしょうたいさく がんば  
2学期も感染症対策をして頑張りよう！

新型コロナウイルス感染症の感染拡大がおさまっていません。1学期から続けてきた、感染症対策を2学期も続けていきましょう。特に、検温(体調管理)・手洗い、マスクの着用・ソーシャルディスタンスをしっかりと行っていきましょう。

検温  
(体調管理)



てあら  
手洗い



ソーシャルディスタンス