

ほけんだより 9月

令和8年9月1日(火)
青柳小学校保健室
第27号

おうちの人と一緒に読もう♪

2学期が始まりました。また青小っ子の元気な顔が見られてうれしいです。今年の夏休みも暑かったので、夏の疲れが残っている人もいると思います。つい注意散漫になって、けがが増えやすいときでもあります。まだまだ暑い日が続くので、けがや体調不良に気をつけ、2学期も元気に過ごしましょう。



☆水筒持参をお願いします☆

水筒の中身は、運動会まで、**スポーツドリンク・お茶・水**とします。水筒だけで足りない場合は、500ml のペットボトルを持参してよいものとします。水筒に入れ替えて飲むものとし、ペットボトルは必ず持ち帰ります。



しっかり準備運動をしよう



こまめに水分補給をしよう



サイズの合った靴をはこう



手足の爪を切っておこう



できるようになろう
おうきゅうてあて
応急手当



ここ3にも**応急手当**を

けがをしたら**応急手当**をしますが、こころのけがはどうでしょうか。こころの傷にも**応急手当**が必要です。それは信頼できる人に相談することです。保健室にも相談に来てくださいね。

おうちの方へ
こんなときは
お知らせください

- ☐ 夏休み中にケガや病気をした
- ☐ 新たにアレルギー症状が出た
- ☐ 緊急連絡先が変わった
- ☐ そのほか、お子さんの体調で気になること

保健室の _____ まで、ご連絡ください。

おらせ

身体測定があります。
体育着を忘れずに持ってきてください。

9/2 (水) 1-1・2-1・3-1

9/4 (金) なかよし・4-1
5-1・5-2・6-1

★SC 先生の訪問日
9月15日(火)
9時20分～12時05分

★SSW 先生の訪問日
毎週木曜日

*相談したいことがありましたら、学校まで御連絡ください。