

ほけんだより

2024年8月26日
泉南市立新家小学校
ほけんしつ

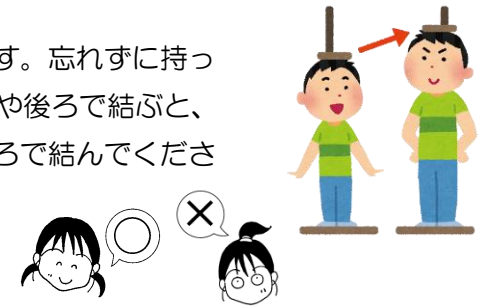
長い夏休みが終わり、2学期が始まりました。たった1か月ですが、少し日焼けして、背の伸びたみなさんと会うのは毎年ドキドキします。みなさんは今日どんな気分で登校しましたか？

まだまだ日中は暑い日が続きますが、朝夕は少し涼しくなってきたり、耳をすませば聞こえる虫の声も変わっていたり、季節が変わってきていることに気づきます。「早寝早起き朝ごはん」の生活リズムをしっかり整えて、楽しく過ごしていきましょう。また夏休みのお話をしにきてくださいね。



8月27日～30日の間で二計測をします！

二計測（身長・体重）は体操服で行います。忘れずに持ってきてくださいね！また、髪の毛を頭の上や後ろで結ぶと、身長が測りにくくなるので、首に近いところで結んでください。4月からどれだけ大きくなったかな？



9月9日は救急の日 けがをしたら まずは自分でできること



すりきず

砂やドロをよく水で洗い流す。



目にゴミ

まばたきをして、涙で流す。取れないときは、水につけて目をパチパチする。



はなぢ

あごをひいて、鼻をつまむ。



ねんざ

その場で安静に、冷やす。



やけど

すぐ、水道水でひやす。



困ったときは

ほけんしつにきてくださいね。

久しぶりにはく、上靴・運動靴のサイズはどうですか？身長や体重が増えた分、足も大きく成長しているのではないのでしょうか？

しばらくすると、運動会の練習も始まります。慣れた靴で安全に参加す

るために、一度靴のサイズを確認してください。足先はぴったりではなく、0.5～1cmくらい余裕のあるものがオススメです。

