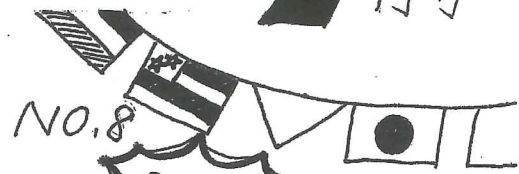


ほけんだより 9月号

和気小学校 2017.9.11



うんどうかい 9/17(土) 運動会 があります!!

今月は

夏休みが終わって2学期がスタートしました!
みなさん楽しい夏休みになりましたか? 思い出
聞かせてくださいね! 今月は運動会があります!
ケガや熱中症が多くなります。生活リズムが乱れ
たまま練習や本番をむかえると大変なことに...

チェック!
生活リズムをととのえるには?

<input type="checkbox"/> 明日は10分早起き <p>長いはりを左に回して!</p>	<input type="checkbox"/> ねる前に明日の準備をしてみる。 <p>いつでもOK!</p>	<input type="checkbox"/> 友達といっしょにあそぶ <p>あそぼー! はかまに入れて</p>
--	--	--

もし、うんどうかいのれんしゅうちゅうや、
本番でケガや具合がわるくなったら...?
保健室に行く前にまずコレ!!

- 1 すりきず、きりきずは、水道水で洗ってよごれ(ドロや砂)をおとしておこう!
- 2 保健室に来たら、自分のようすをお話ししてみよう!

ケガ → 「〇〇で△△したら□□をケガしました」

どこ? どのように? どこで?

具合がわるい → 「△△おなかがいたい、きもちわるい」

どのように?

でもでも注目!!

がんばりすぎないことも大切!

がんばることはとってもいいこと! でもがんばることとムリすることはちがいます! 早めの対応がさいごまでがんばるコツです☆

9月もあつい日がつづきますね。運動会の練習中、

特に開会式&閉会式は気持ちがわるくなってしまう

ったら座ってサインを送りましょう!



9月4日から22日まで実習に
来ました! 林 紆奈子です。
よろしくお願いします!

