



夏休み明け！スッキリ生活にチャレンジ！

朝ごはんでは水分と塩分、
エネルギーを補給！

2学期が始まりました。久しぶりの学校を楽しみにしていた人や、
夏休みが終わってほしくなかった人も多いかもしれません。

さて、みなさんは夏休みの最後から「スッキリ生活」に取り組んで
いるところですね。取組期間はあと3日！生活リズムを整えて、体を
学校モードに切り替えましょう。



保護者のみなさまへ

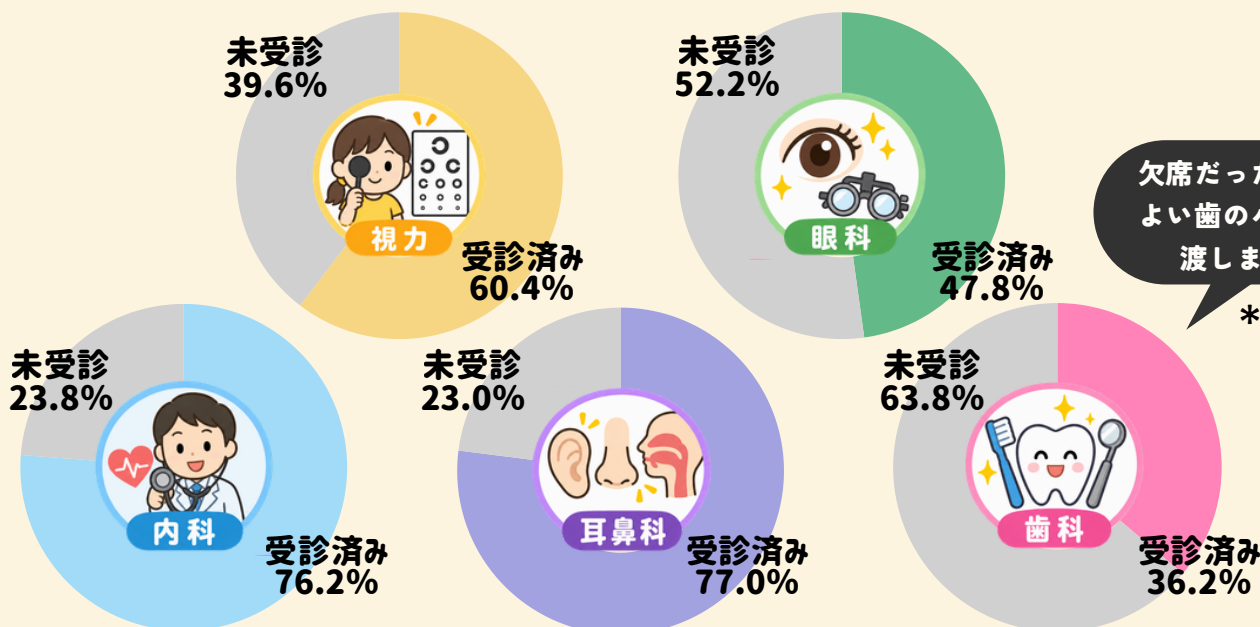
◆「スッキリ生活」へのご協力をお願いいたします

取組期間は9月3日(木)までです。生活リズムの実践・定着にはご家庭の協力が
欠かせません。お子さんと毎日生活を振り返り、チェックをお願いいたします。
実施後「おうちの方からひとこと」を記入し、9月4日(金)にご提出ください。



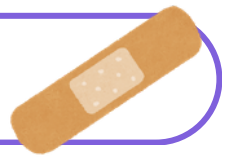
健康診断後の受診は終わっていますか？

下の円グラフは、各検診の受診率を示しています。
受診が終わっていないご家庭は、受診報告書の提出をお願いします。



欠席だった場合は
よい歯のバッジを
渡します！

*12月まで



9月9日は「**救急の日**」。けがや体調不良など、いつ起こるかわからない「もしも」の時に落ち着いて行動できるよう、日頃から救急について考えておくことが大切です。

けがをしたとき、どうする？

すり傷

- 水でよく洗う
- ガーゼや絆創膏でおおう

鼻血

- 少し下を向く
- 鼻をつまんで押さえる

やけど

- すぐに水で冷やす
- しばらく冷やし続ける

打撲

- 痛いところを冷やす
- 安静にして様子を見る

救急車の呼び方

- 1 119番に電話する

119番です！
- 2 つぎのことを伝える
 - 1 どこで？
(場所・目印は？)
 - 2 何があった？
 - 3 だれが？
(人数・年いはい？)
 - 4 どんなようす？

★ あわてず はっきり 伝えよう！

AEDについて

- 1 近くの人にたのむ
「AEDを持ってきて！」
- 2 AEDの音声にしたがう

でんげん 電源を 入れてください
パッドを はってください

AEDはどこにある？

学校 公共施設 病院

❤️ まわりの大人にすぐ知らせて、協力して助けよう！



9月の計測予定

持ち物は体育着です。頭の上で髪を結ばないようにしましょう。
結果は9月中旬におたよりでお知らせします。



日付	2日(水)	3日(木)	4日(金)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	随時
学年	6年	5年	4年	3年	2年	1年	欠席者

