彦叶んだより10月

令和5年10月2日

大泉学園緑小学校

ひ ふ 日が増えてきました。秋は何をするにも快適で良い季節です。 ^{あき} どくしょ あき げいじゅっ あき</sup> 「スポーツの秋」「読書の秋」「芸術の秋」などいろいろなこと にチャレンジしたいですね。





10月の保健行事

11日 (水) 歯科検診 1・3・5年牛 朝の歯みがきを忘れずにしましょう。

感染症について

夏休み明けより、コロナウイルス感染症、インフルエンザによる欠席が増え、1クラス 学級閉鎖を行いました。溶連菌感染症や咽頭結膜熱(プール熱)、感染性胃腸炎も出てい ました。

保健室来室の様子では、咳やのどの痛みを訴える児童が多いです。引き続きご家庭での 朝の健康観察をお願いいたします。起床時の様子、食欲、顔色など、いつもと違う様子 がみられるときには、検温をしていただき、体調が優れない場合は無理をせずご家庭で 様子をみていただけますようお願いします。

気持ちのよい季節より気持ちよく過ごすために

食欲の秋





汗のしまつを忘れずに

実暖の差

教の夜長

睡眠時間は十分にとろう



手洗い・うがいの習慣を

ほけん もくひょう 保健目標

けがを予防しよう!



9月9日は



9月9日は救急の日です。これから運動会練習も始まりけがが でけがを予防しましょう。

思わぬ事故やけがを防ぐためにも、けがをしてしまったあとや けがをしそうになった時のふりかえりがとても大切です。

爪を切っておきましょう

ヹ゚ゕ゚゚゚ゕ゚゚゚゚゚゚゚ゕ゚゚゚゚゚゚゚゚ゕ゚ヷていると、**思わぬけがにつなが** ります。爪の伸び方には個人差があります: が、1週間に1回くらいチェックして、伸 びていたら切るようにしましょう。



足のサイズに合った。

靴のサイズが含っていないと、髭に痛みを 感じたり、疲れやすくなったりして、運動を するとき、思い切り動くことができません。

靴は小さ過ぎても大 き過ぎてもよくあり ません。

定の健康を守り、 思い切り走れるよう にするために、ちょ うどよいサイズの靴 をはくようにしま



けがをしたとき、まずは自分でここまでやってみよう!



きず口の汚れを 水道の水で洗い



血が出ているところ をキレイなハンカチ で押さえる



うつむいて小鼻を ギュッとつまむ



すぐに水道の水 でよく冷やす