

ほけんだより 9月



平成26年9月9日
練馬区立南田中小学校
校長 征谷 雅弘

9月9日は
救急の日

長かった夏休みも終わり一週間で過ぎましたが、お子さんの様子はいかがでしょう。夏休み前と変わることなく、元気な姿をたくさん見ることができ、嬉しく思っている毎日です。9月から10月にかけては、移動教室や遠足などの行事があります。楽しく安全に過ごしていけるよう、事前の準備をしっかりとっていきましょう。

さて、先週は身体測定と学校保健委員会がありました。ご協力くださった保護者の皆様、本当にありがとうございました。学校保健委員会につきましては、後日別紙にてご報告をさせていただきますので、そちらも是非ご覧ください。今後とも、保健行事へのご協力よろしくお願いたします。

《 今月の保健目標 》 生活リズムを 整えよう



自転車の交通ルールを再チェック

ルール違反は、重大な事故の原因となり、罰金などの対象になります。

Q1 自転車は、どっちの仲間？

A 車 B 歩行者

自転車は「車道」を通ることになっています。

Q2 自転車が通ってよいのは？

A B

自転車が通れる歩道でも、歩行者優先で。

Q3 正しい右折のしかたは？

A B

自転車は車道の左側を通らなければなりません。

Q4 3台の自転車、どう走る？

A B

「横並び」は禁止です。

乗ってはいけない!!
こんな自転車

- ×前方を照らすライトがついていない。
電池切れ、電球切れに注意しましょう。
- ×自転車の後ろに反射器材（または尾灯）がついていない。
- ×ブレーキを備えていない。

迷路でチャレンジ!!

正しい答えを選ぶと早くゴールできるよ。

START スタート

選んだ答えの方向に進みます。

迷路でチャレンジ!!

正しい答えを選ぶと早くゴールできるよ。

START スタート

選んだ答えの方向に進みます。

運動の前の準備運動は…

A: しっかり体を動かしておく。
B: 疲れるので、適当に。

すりむいたときの応急手当ては？

A: 水道の水で洗う。
B: すぐに、ばんそうこうを貼る。

目にゴミが入った。どうする？

A: 水で洗い流す
B: こすって取る。

つき指をしたら…

A: 氷水で冷やす。
B: 引っばる。

運動をしないほうがよいのは？

A: めんどくさいとき
B: 熱があるとき

熱中症を防ぐには？

A: まとめて水分をとる。
B: 少しずつ、何回も分けて水分をとる。

GOAL ゴール

まちがえたところは、見直しておきましょう!!