

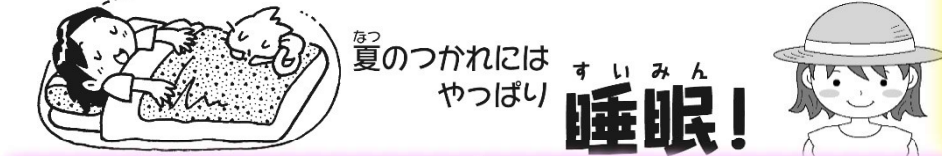
ほげんだより 9月

令和6年9月2日
No.6
手賀西小学校
お家の人と
読みましょう



なつやす 夏休み、たくさんのおもいで思い出ができたことでしょう。
みなさんのえがおでたくさんのげんきをもらったしぎょうしき
始業式でした。これからのきせつは「スポーツのあき」、「どくしょの
あき秋」、「しょくよくあき食欲の秋」ともいわれ、とてもいいきせつ
季節です。しかし、まださんしよがきびしいため、つか
疲れがたまりやす

けがも多くなります。きもちがっこうせいかつむ
気持ちを学校生活に向けるためにも、
「はやほや早起き、あさ朝ごはん」を合言葉に生活リズムを整えましょう。



9月4日(水) 発育測定【全校】

はついくそくていせんこう

- 「体そうふく」上下忘れずにしよう!
- かみのむすかたしんちょうけい
結び方は身長計にあたらぬように、
- 「てあしき」切ってくる
- かみのけあらい
毛を洗い、しっかり「くし」でとかしてこよう!

がっきはやあたまよぼう
1学期、流行った頭ジラミの予防にもなります。

このあたりに多いです!

10月1日(火) 脊柱側弯症検査【5年生】

せきちゅうぞくしゅうけんさねんせい

10月2日(水) 秋の歯科検診

あきしかけんしん
みじゅしんしゃけいかかんさつしゃ
未受診者や経過観察者の
はしにくじょうたいかくにん
歯や歯肉の状態を確認します。

アタマジラミの卵の見分け方

たまごみわかた

〈卵〉 〈フケ〉

髪にしっかりとくっついている
かんたんに取りのぞける

9月9日は救急の日



すり傷をしっかりと洗うのはなぜ?

よごれを洗い流すと... よごれが残っていると...

白血球 赤血球 血小板
ばい菌 マクロファージ

きずぐち傷口をなおすために、さいぼうかつやく細胞が活躍できます。

ばい菌が増えて、きずぐち傷口のなおりが遅くなります。

けがにつながるポイント

まいにちチェック!

- すいみんぶそくはないですか?
- 朝ごはんをぬいていませんか?
- 暑さによるつかれはないですか?
- 服がゆるい/きつい感じはないですか?
- 手・足のつまはのびていませんか?
- くつのはもはゆるんでいませんか?

救急処置ミニクイズ

どちらが正しい?

A ころんですりむいたときは...?
①水道の水できずを洗い流す
②きずにすぐばんそうこうをはる

B つきゆびをしたときは...?
①あたためて引っぱる
②冷やして動かさないようにする

C 頭に「こぶ」ができたときは...?
①冷たいタオルをあてる
②あたたかいタオルをあてる

D 足がつってしまったときは...?
①冷やしながら強めにたたく
②あたためながらマッサージする

こんなはき方はケガのもと!

かかとをふんではいる
ひもをゆるめている

まだまだ暑い日が続きます...

がんばりすぎないで休憩もとろう!

まだまだがんばれる~

運動中はこまめに水分をとろう!

(こたえ：A...①、B...②、C...①、D...②)