



ほけんだより

9月

令和6年9月2日
播磨高原東小学校 保健室

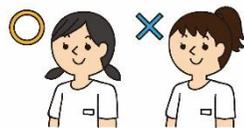
夏休みは楽しく元気に過ごせましたか？今日から2学期がスタートします。夏休み中に生活リズムがくずれてしまった人は、もう一度自分の生活の仕方を見直してみましょう。まだまだ暑い日が続きます。こまめに水分をとる、休けいをする、涼しい服装をする、体調が悪いときは無理をしないなど、熱中症に気をつけましょう。

生活リズムを
学校モードに
戻そう！



9月の保健行事

9月6日 身体測定



体操服を持ってきましょう。
髪の毛を結ぶ人は、高い位置や頭の後ろで結ばないようにしましょう。

保護者の方へ

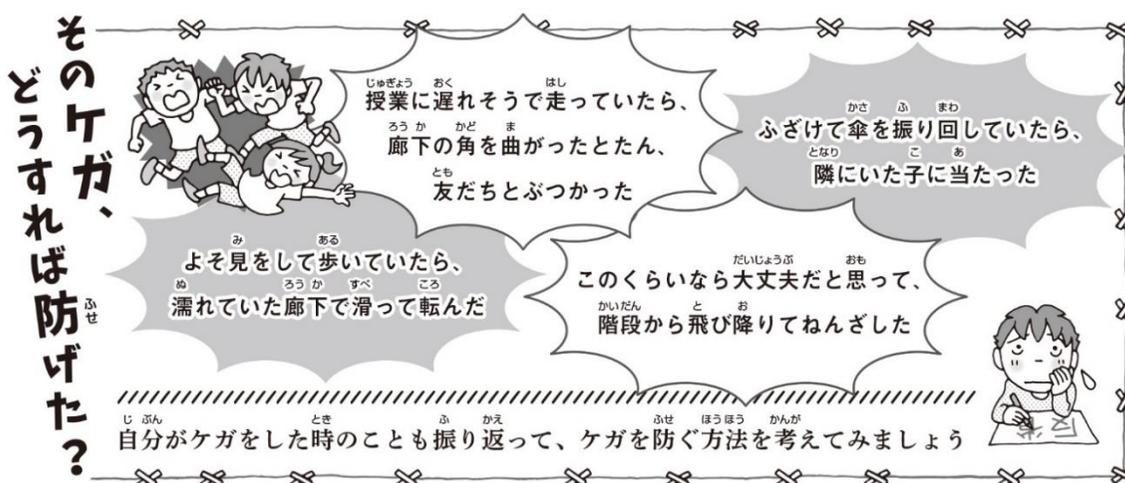
夏休み中に、けがや病気、アレルギー等、お子様の体調に変化はありませんでしたか？何かありましたら担任までお知らせください。また、緊急連絡先等の変更がありましたら、必ずお知らせください。



9月9日は救急の日



大きなけがや動けない場合は近くにいる大人を呼びましょう。
感染症予防のため、他の人の血はさわらないようにしましょう。



このくらい大丈夫と思っても、大きなけがにつながることもあります。みなさんは、安全に生活できていますか？