

令和6年9月2日

江戸川区立西一之江小学校

校長 川浦孝彦




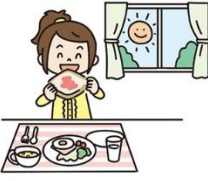
ほけんだより

夏の疲れが出るころです。疲れをためないように、また、けがをしないように、気を付けて生活しましょう。

規則正しい生活*をしよう

今日も元気に登校しましたか？毎日、楽しく過ごすために、規則正しい生活をして、体の調子を整えましょう。そのためには、こんなことに注意しましょう(できた人は、○をつけましょう)。



- 早めに休んで、夜、ぐっすり寝た 
- 朝ごはんを食べた
- ゲームをしたり、動画を見たりする時間の約束を守った 
- 外遊びやスポーツをした 
- おやつを食べすぎなかった(おやつを食べても、夕ごはんはきちんと食べられたら○) 
- 夕ごはんを食べた

いくつ○がつきましたか？ 全部○になるよう、がんばってみませんか？

学校で安全に過ごすために



学校は、みんなが集まって勉強したり、運動したり、いろいろな活動します。多くの人がいるので、みんなが安全にすごせるように、こんなことに気をつけましょう。

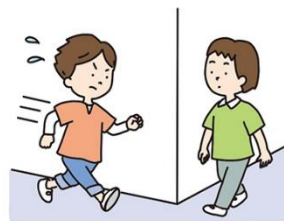
階段

階段を上ったり下りたりするときに、ふざけたり、段を飛ばしたりすると、転げ落ちてしまう危険があります。絶対にやめましょう。



曲がり角

曲がり角では、向こうから人が歩いてくるかもしれません。よそ見をしたり走ったりすると、ぶつかってしまうかも。「だれか来るかもしれない」と思って、気をつけましょう。



ろう下は走らない

急いでいても、ろう下を走ってはいけません。ろう下を走ると、他の人にぶつかったり、すべりやすくなったりします。走らないでもいいように、時間に余裕をもって行動するようにしましょう。



AEDの設置場所を知っていますか？



学校には、ココにあります！

せいもんよこ
正門横

7月から場所が変わっています。

かさでふざけない

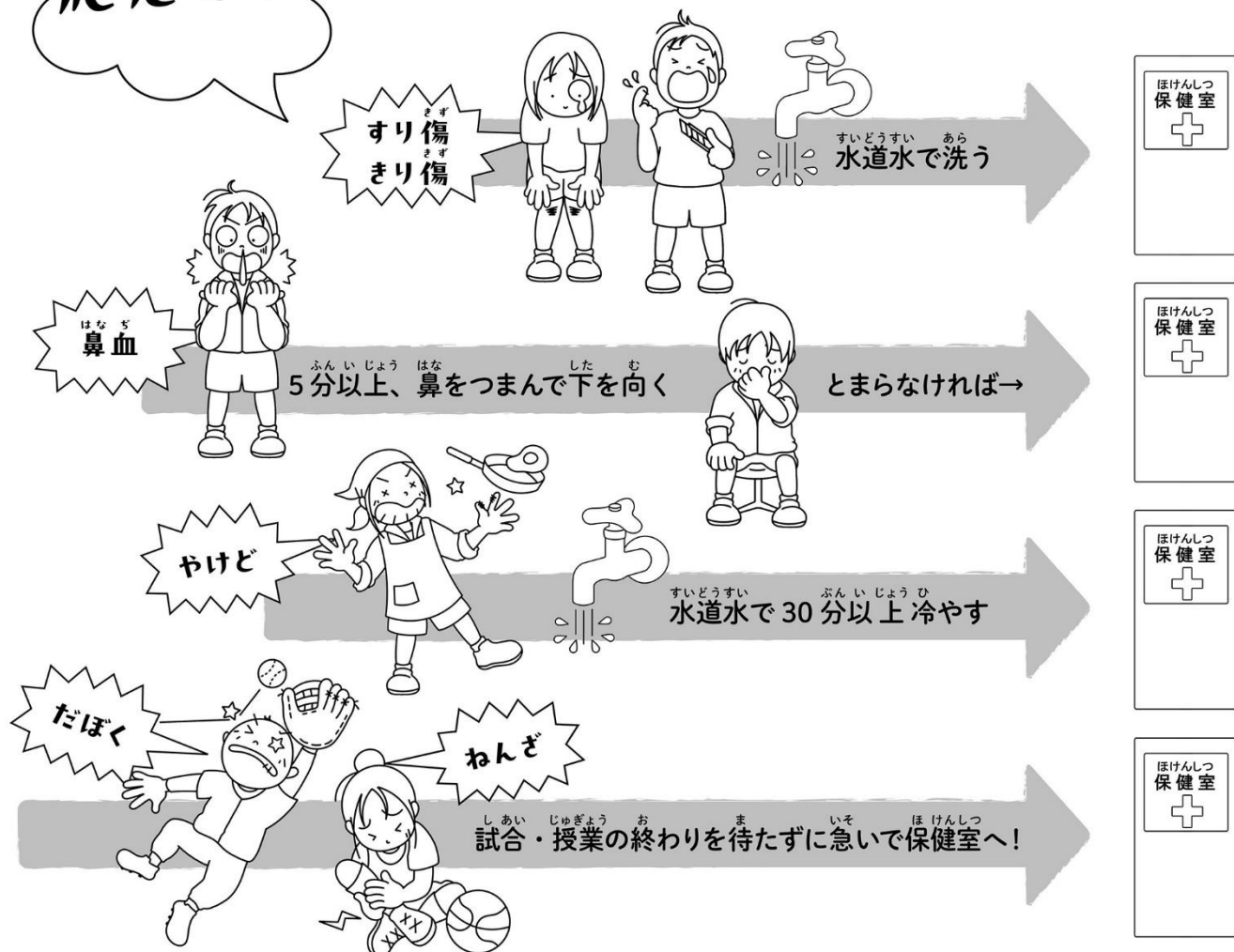
かさを振り回したり、チャンバラごっこをしたりするのは危険です！子ども用のかさでも、かさの先の部分が体や顔(特に目の周り)に当たると、大きなケガになることもあります。かさは、雨にぬれないようにするための道具です。絶対に遊びに使ってはいけません。



ほけんしつ いく まえ
保健室へ行く前に

おうきゆう てあて
応急手当

できることはないかな？



すり傷をしっかりと洗うのはなぜ？

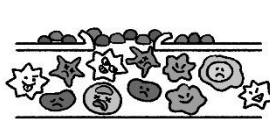
よごれを洗い流すと…



傷口をなおすために、
細胞が活躍できます。



よごれが残っていると…

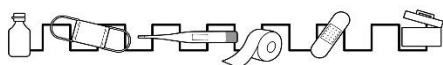


ばい菌が増えて、
傷口のなおりが遅くなります。

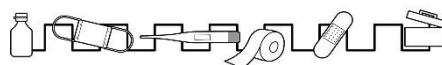
まだまだ暑いから…



しっかりと水分補給を



保健行事予定



◎計測 4日(水)3年 5日(木)2年 6日(金)1年 9日(月)4年 10日(火)5年 11日(水)6年
体育着で測定します。測定後「発育のようす」を渡しますので、お子さんの成長を確認してください。
その他 プール水質検査、給食室衛生検査を予定しています。