

9月 ほけんだより

上牧第三小学校
ほけんしつ

2学期が始まって2週間が経ちました。心と体
疲れていませんか？まだまだ暑い日が続くと思
います。そして新型コロナウイルス感染症もまだ
おさまりません。夜ふかしせずに、早めに寝て、
体をゆっくり休めましょう。そして、2学期を元氣
に過ごしましょう！

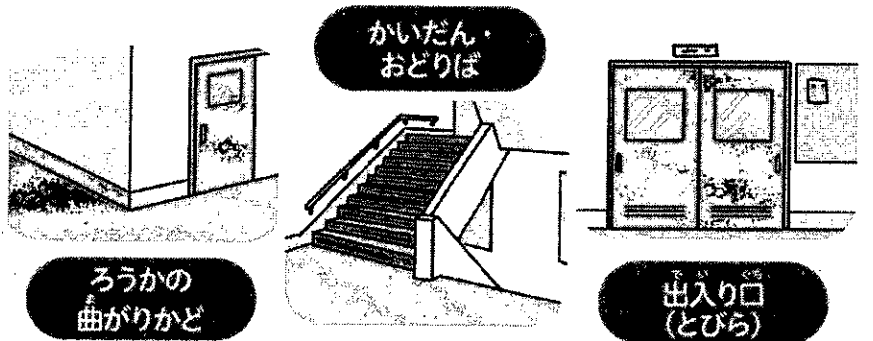
もう1度、**自分と周りの人を**
確認しよう!! 守るためにできること

手を洗うタイミング



学校内にひそむ けが・事故のキケン

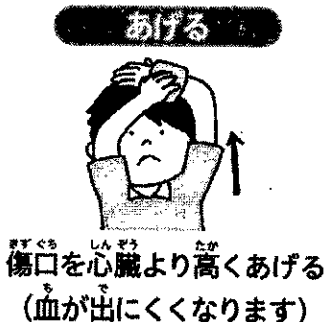
保健室を利用した人の「きろく」を見ると、学校ではいろいろな
場所でけがが起こっていることがわかります。けがをへらすため
には、どこで起こりやすいのかを知っておくことも大事。たとえ
ば、体育館やグラウンドは運動や遊びでからだを動かす場所なので、や
はり多くなりがちです。ほかには、こんなところあげられます。



こうした場所でのけがは、一人ひとりが「向こうから
だれか来るかも」「走ってころんだら…」と、少し気
をつければ、へらすことができますね！

ケガをしたら… まずは自分でできること

まだまだ暑さが続いていると思いますが、つかれがた
まっているときは思わぬケガをすることも…。そんなとき「すぐ保健室へ！」の前に、みな
さんが自分でできること、しておいてほしいこと
があります。ぜひおぼえておいてください。



ただ正しくマスクつけていますか？

