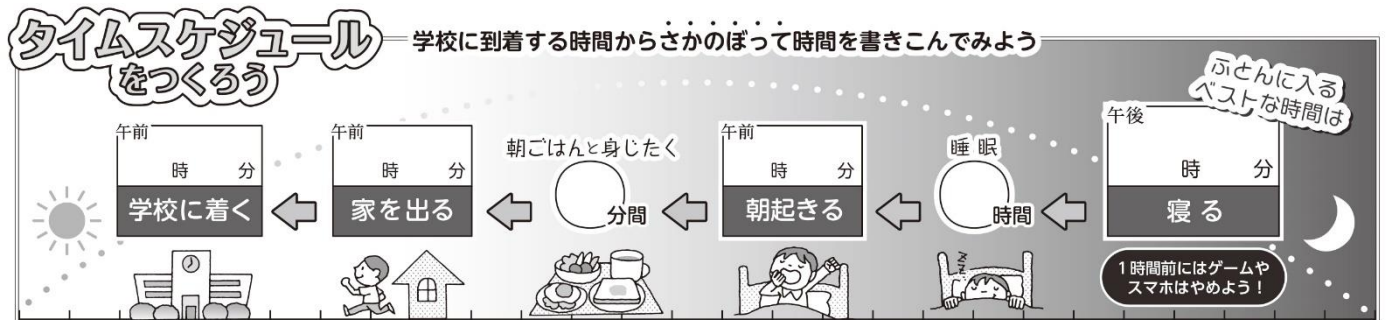


ほけんだより 9月

令和4年8月29日
志木市立志木第三小学校
保健室

がっき はじ 2学期が始まりました！！

とても暑い日が続いたり、突然の涼しさや大雨におそわれたりと、自然の力を感じる夏休みとなりました。
2学期の始まりは、夏の疲れと生活リズムのズレ等が影響して、体がとても疲れやすくなります。
睡眠をゆっくりととり、朝ごはんをしっかりと食べて、元気いっぱいに登校してきてくださいね！



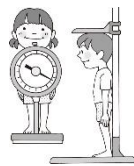
1学期の健康診断を受け、治療のお知らせを受け取った人は、夏休みの間に

治療が終わりましたか？ まだ病院へ行っていない人は、早めに行きましょう。



二学期の発育測定

おこないます



	8月 31日	9月 1日	9月 2日
1時間目	4年生	2年生	欠席者
2時間目	5年生	1年生	かしわ
3時間目	6年生	3年生	

測定日は、髪の毛を頭頂で



第二回 学校保健委員会を開催します

日にち 令和4年9月12日(月)

時間 10:40~11:25(3時間目)

場所 志木第三小学校 体育館

対象学年 計測をおこなった3年生

講師 東都大学幕張ヒューマンケア学部

教授 山下 和彦 氏

内容 足から考える健康づくり

～計測結果説明～

<参加方法> 保護者はどなたでも参加できます。

*お手数ですが、9月5日(月)までに連絡帳で




さいがい み まも
災害から身を守るために・・・

あなたは次のような場面に遭遇した時、どうしますか？「安全な行動だ」と思う方を選んでみましょう。


<p>1 火事です!逃げるときは?</p> <p>A: 息を止めて走る B: はうように進む</p>	<p>2 地震です!最初にすることは?</p> <p>A: 火を消す B: 自分の頭を守る</p>
<p>3 竜巻が近づいてきたらどうする?</p> <p>A: お風呂の浴槽で頭を抱えてうずくまる</p>	<p>4 雷が鳴ったら逃げる場所は?</p> <p>A: 大きな木の下 B: 建物や車の中</p>

9月1日は防災の日
9月9日は救急の日


これ、どこにある?



非常口



AED



公衆電話

学校の中や、よく行く場所、どこにあるか確認しておきましょう。

いざという時に慌てないように、事前に確認しておきましょう。

- 非常持ち出しセットはあるか。どこに保管してあるか。
- 非常食や救急用品などの使用期限はいつまでか。
- 住んでいる地域の避難場所はどこか、携帯電話等が使えず連絡が取れなくなったらどうするかを、家族で話し合っておき

B:窓の外を見ながら通り過ぎるのを待つ

- 3A 1階の窓のない部屋へ移動しましょう
- 4B 雪は高い所に落ちやすく、木の下は危険です。
- 1B 体に有害な煙は上の方に上がります
- 2B 揺れがおさまってから火を消しましょう

おうきゆうであて ちりょう

せんもんい

保健室からのお知らせ

