



兵庫小学校 ほけんだより
令和6年度 9月発行

こんにちは。毎日、暑い日が続いていますが、どんな夏休みを過ごしていましたか？エアコンのきいた涼しい部屋の中すず へや なかにいて、ゆっくりしていた人ひとも多いと思います。自分のペースでいいので、規則正しい生活リズムせいかつ むどに戻していけたらいいですね。

また、夏休み中なつやす ちゅうに台風や大きな地震たいふう おお じしんがありましたね。災害時の備えはできていますか？

9月1日は防災の日 9月9日は救急の日です。

学校でも、家でも安全に過ごせるよう、考えるきっかけになったら嬉しいです。



9月のひとやすみ内容

表：生活習慣と生活習慣アンケートについて

裏：防災（AED）について と 健康診断日程



夏休みモードを

切り替え



夏休み中について……

- ・夜更かしして、昼まで寝ていた
- ・食事の回数や時間も不規則 になって

生活リズムがくずれたまま、2学期へ……

まだまだ続く猛暑や気圧の変化で、体調を崩している人ひとも多いようです。

リズムを立て直すために
まずは「早寝」から



昨日より10分でも良いので、早く寝るように寝る準備を早い時間から始めてみてください。小さな積み重ねを大切にしていけたらいいですね。

GOOD!

一年生 二年生 三年生

の 保護者の皆様へ

アンケート

おねがい

毎年、2学期が始まって1週間を経過したこの時期に本校の児童の生活習慣を知るため「生活習慣アンケート」を実施しております。お子さまと一緒に、日々の生活を振り返って頂き、アンケートにご協力頂きますようお願いいたします。

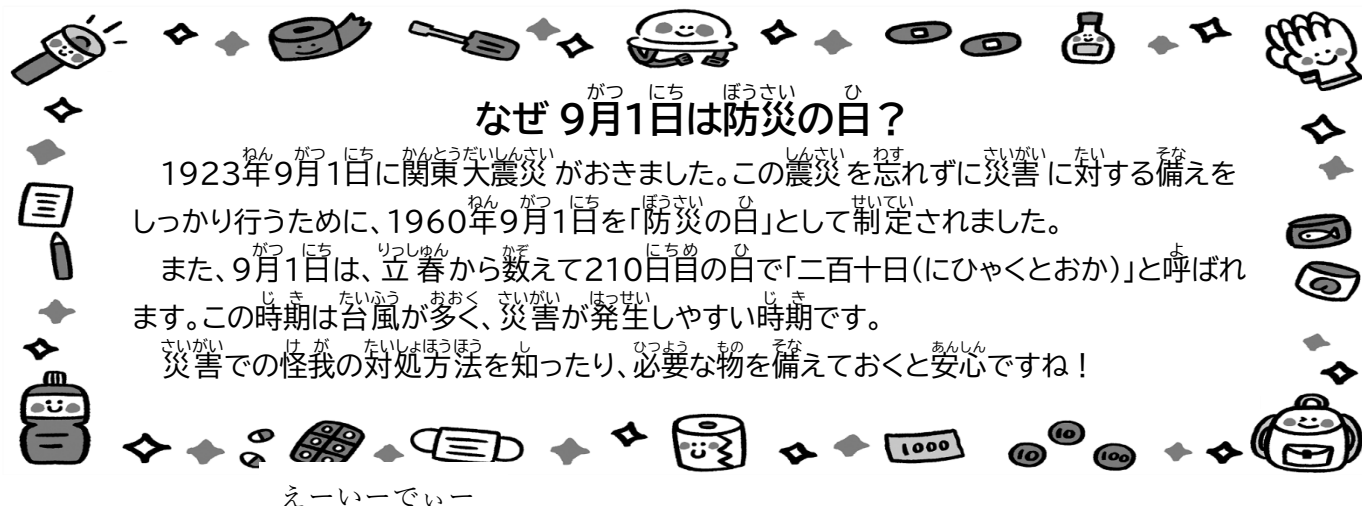
今回、学校歯科医の先生にもご協力頂き、歯並びや口腔状態の観点からの質問もあります。詳細については別紙プリントを配布しております。ご参照ください。

1 朝ごはんをいつも食べていますか？ *



- ☐ 毎日食べている
- ☐ 食べない日がある
- ☐ 毎日食べていない

アンケート回収締め切り：9月17日 火曜日まで



学校、よく行く場所… AEDはどこにある？

兵庫小学校の AED がどこにあるか、みなさんは知っていますか？知らない人はぜひ、自分で学校の中を歩いてみつけてください。※ヒントは、保健室の近くにありますよ。学校以外にも、駅やショッピングモール、公共施設などにも、AED が置いてあります。

今回、AED についてやさしく説明された無料パンフレットの寄付を頂きました。

その名も…

日本 AED 財団 × うんこドリル

AED 編

救命



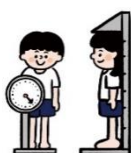
です！

おうちで、パンフレットにある QR コードを読み取ってもらい AED についておうちの人と一緒に楽しみながら学んでみませんか？大切な「いのち」みんなで守っていききたいですね。

2学期 身体・視力検査日程

も 持ってくるもの★身体測定…体操服

★視力検査…めがね・コンタクト



・1～3年生 身長体重と視力検査をそれぞれ1時間ずつ

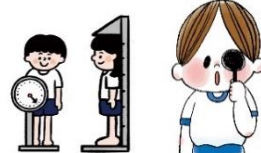


	9/4(水)	6(金)	9(月)
1 時間目	1-1	2-1	3-1
2 時間目	1-2	2-2	3-2
3 時間目	1-4	2-3	3-3
4 時間目	1-3	2-4	3-4

	9/10(火)	11(水)	12(木)	13(金)
1 時間目	1-2	2-1		3-1
2 時間目	1-1	2-2	3-2	
3 時間目	1-3	2-3	3-3	
4 時間目	1-4	2-4	3-4	

・4～6年生 身長体重と視力検査をまとめて1時間

身体測定・視力検査



	9/17(火)	20(金)	25(水)
1 時間目	6-1	5-1	4-1
2 時間目	6-2	5-2	4-2
3 時間目	6-3	5-3	4-3
4 時間目	6-4	5-4	4-4