ひとやすみ 9月

兵庫小学校　ほけんだより
令和7年度　9 月発行

2学期が始まりました。みなさんは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にいて、ゆっくりしていた人も多いのではないでしょうか。自分のペースでいいので、規則正しい生活リズムに戻していけたらよいですね。

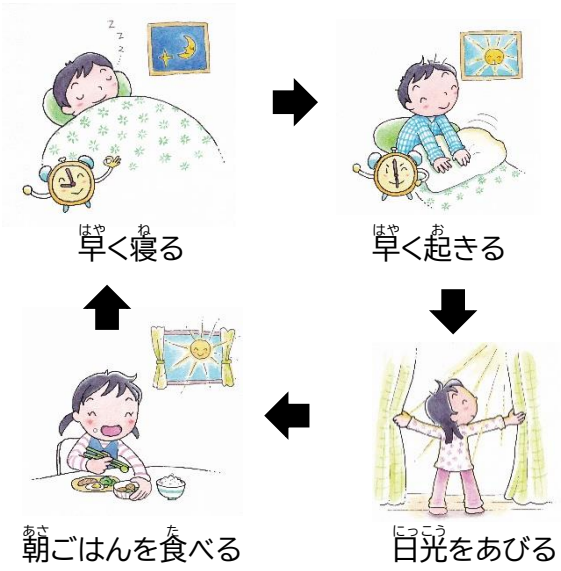
まずは、早ね・早起き・朝ごはんで疲れない体づくりを心がけましょう。

まだまだ暑い日が続きます。水筒を忘れずに持ってくるようにしましょう。

2学期が始まってから、朝はスッキリ目覚めていますか？学校生活をスムーズにスタートするためには、夏休みモードからぬけだし、生活リズムを整えないといけません。

そのためには、自分で何をしたらよいか考えて、さっそく取り組んでみましょう。

生活リズムの整え方



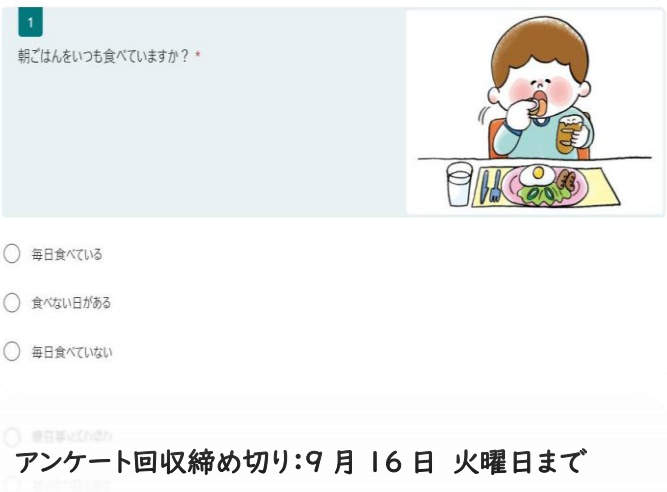
一年生　二年生 の 保護者の皆様へ

アンケートのおねがい

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**「生活習慣と心のアンケート」**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宜しくお願いいたします。

今回、学校医、学校歯科医の先生にもご協力頂き、それぞれの専門分野の観点から質問を考えております。

詳細については別紙プリントを配布しておりますので、ご参照ください。



アンケート回収締め切り:9 月 16 日　火曜日まで

学校でおきやすい事故に気をつけよう

夏休みが明け、みなさんの元気な声が学校にもどってきました！しかし、今年の夏もとても暑かったので、夏の疲れが残っている人も多いのではないでしょうか。まだまだ夏休み気分がぬけなくて、ボーっとしたり、注意力がなくなっている人、ケガが増えやすいときでもあります。学校生活を思い切り楽しむためにも、うっかりからのけがをしない、させないための行動をとることが大事ですね。下に書いてあるような行動をとったら、この後どうなるか、みなさんも想像してみましょう。

まわりを見て動いていない

階段から飛び降りる

ろうかを走る

あわてているとき

人がいる場所でボール遊びをする

疲れているとき

遊具の危ない使い方

2学期　身体・視力検査日程

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

・1～2年生　身長体重と視力検査をそれぞれ1時間ずつ

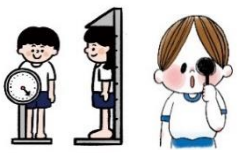
身体測定

	9/1(月)	2(火)
1時間目		2-1
2時間目	1-2	2-4
3時間目	1-3	2-3
4時間目	1-1	2-2

視力検査

	9/9(火)	10(水)
1時間目	1-1	2-1
2時間目	1-2	2-4
3時間目	1-3	2-3
4時間目		2-2

・3～6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

	9/3(水)	4(木)	5(金)	8日(月)
1時間目	3-4		5-1	6-1
2時間目	3-2	4-3	5-2	6-2
3時間目	3-3	4-2	5-3	6-4
4時間目	3-1	4-1	5-4	6-3