



# あさ すこ 朝、少しずつしくなってきました!!

令和5年9月4日 玉島小保健室



8月25日からのサマースクールで、少しずつ学校の生活リズムをとりもどしてきたのではないのでしょうか。感染症や体調不良で欠席している子どもたちはいますが、大きな事故もなく、全員が元気に夏休みをすごすことができたことを、うれしく思っています。

全国では、熱中症の事故も多くありました。まだまだ残暑が厳しく、「熱中症警戒アラート」がたびたびです。体が暑さに慣れていない



ことや、疲れなどで熱中症になりやすい環境です。ぼうしをかぶってくる、水筒を持ってきてこまめな水分補給をする、体調が悪い時は早めにお家の人や先生に伝えてください。

さて、21日(木)～22日(金)6年生長崎修学旅行。

29日(金)は、1年～5年までのバス旅行です。



体調を整えて、楽しい旅行にしましょう!!

## もしものときの備え できていますか?



9月は台風シーズンです。今も、いくつかの台風が日本の近くに発生しています。世界の気候が変化してきていて、さまざまな災害がひんぱんにおこるようになってきました。災害はいつおきるかわかりません。さまざまな災害を想定して、登下校時の危険な場所や、もしもの

ときにどのように動くかを家族で話し合っておかしてください。

### 災害時の(お)は(し)も



地震のときは  
あたま  
頭をまもる



おさない



走らないと  
いけない  
ひなんもあ  
ります。

はしらない



しゃべらない



もどらない

# し 知っておこう おうきゅうてあて 応急手当

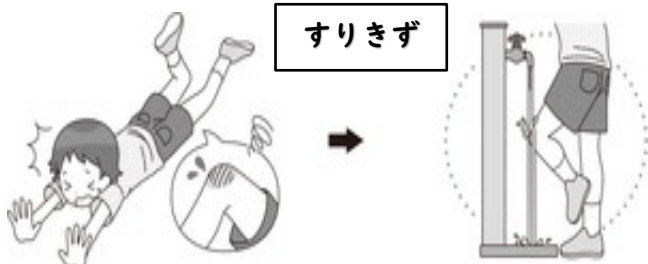


かぞく とも 家族や友だちが、とつぜん たいちょうわる 体調悪くなった時はどうしますか？

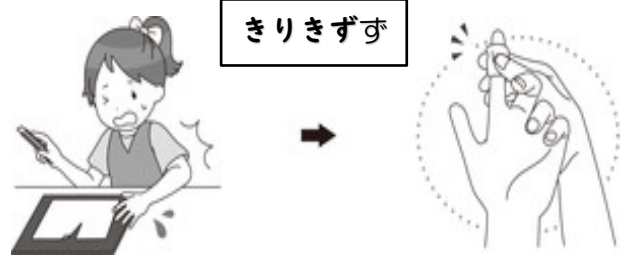
しばらく やす 休んで、なお 治るならいいですが、くる 苦しそう！ 話は でき ない！

へびにかまれた！ スズメバチにさされた！ など、びょうき や 事故はいつ起

きるか分かりません。そんなときは、ちか 近くの 大人に知らせてください。



すりきず



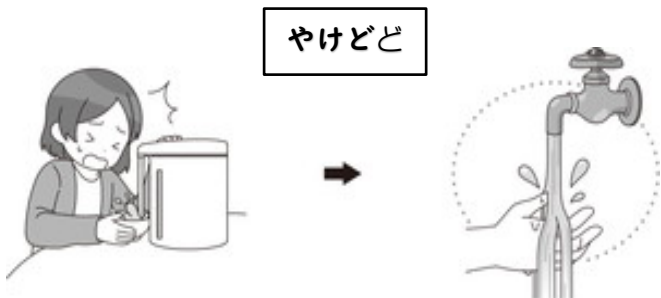
きりきず

すりきずができた

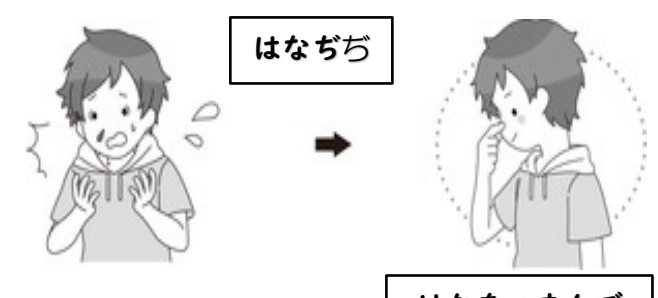
きず口をあらう

指をきった！

きず口をおさえる



やけど



はなぢ

やけどした！

みず 水や 氷でひやす

はなぢがでた

はなをつまんで  
下をむく



## おうちの方へ

★上靴のかかとをふんでいるお子さんを見かけます。

4月からかなり成長していて、上靴が小さくなっているようです。成長に影響を及ぼしますので、お子さんの足のサイズにあった靴に買い替えてください。

★バス旅行・修学旅行があります。バス酔いをする人は、お薬の準備をお願いします。行きと帰りの分をご準備ください。

夏 ↓ 秋 の 変わりめに注意を

天気の変わりめ

まだまだ暑い日が続きますが、雨の日は肌寒く感じることも。

天気予報をチェックして、気温に合った服装を、羽織もので上手に調節しましょう。

昼と夜の変わりめ

日中と朝晩の気温差が大きい時期です。