ほけんだより 9月

泉南市立新家東小学校
ほけんしつ

長かった夏休みが終わり、学校にみんなの笑顔と元気な声が戻ってきました。運動会の練習がまもなく始まります。疲れがたまりやすくなるので、いつも以上に“早めに寝ること”や“朝ごはんをしっかり食べること”を意識しましょう。

地震が起きたらどうなるの？

何が起こるかを知って、準備をしておくと危険をへらせるよ。おうちの人とも、地震のときのことを話してみよう。

家具がたおれ、物がおちてくる

こうしよう！

つくえの下にもぐって頭を守ろう

家族でチェック！

- ☑ 家具は固定しているかな？
- ☑ 高いところに重たい物はないかな？

まどや食器がわれる

こうしよう！

ひなんするときは、くつやスリッパをはこう

家族でチェック！

- ☑ 寝るときは、ベッドの近くにスリッパを置いているかな？

火事が起こる

こうしよう！

ハンカチなどで口と鼻をおさえて、低い姿勢でひなんしよう

家族でチェック！

- ☑ コンロの近くに燃えやすい物はないかな？
- ☑ ガスの元栓はどこかな？

つなみが起こる

こうしよう！

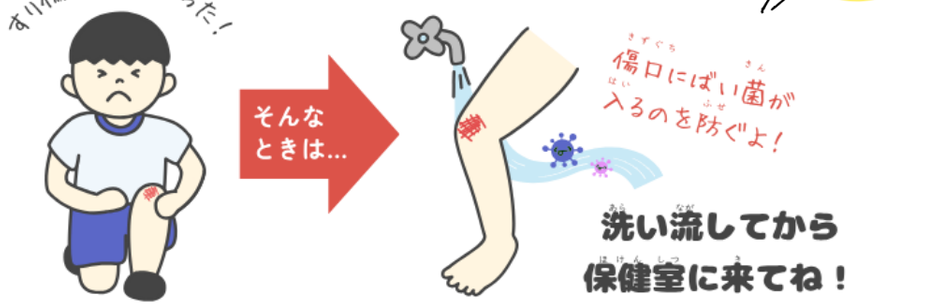
できるだけ早く高いところへにげよう

家族でチェック！

- ☑ 市や町などで指定されている、近くのひなん場所はどこかな？

9月9日は救急の日

応急手当の基本を知っておきましょう！



こんなケガをしたらなにをする？

症状がひどいときは、必ず病院に行ってね。

9月の予定

日程	行事	対象	おねがい
1日(火)～3日(木)の午前中	2計測	全学年	体操服を忘れずに。髪は、頭の上の方ではなく耳の横で結んでください。
29日(火)9:30～	モアレ検査(脊柱側弯検査)	5年生全員 経過観察者	体操服を忘れずに。
28日(月)～10/5(月)	色覚検査	4年生希望者	期間内に行います。希望調査未提出の方は、お願いします。

運動会の練習の際には、必ず汗拭きタオルと水分を多めに持ってきてください。