



令和7年度
夏見台小学校
ほけんしつ

がつ ほけんぎょうじ
9月の保健行事

しんたい はついく そくてい
身体(発育)測定

9月8日(月)1, 2年

9月9日(火)3, 4年

9月10日(水)5, 6年

9月11日(木)ひまわり, あおぞら



がつ 9月になり、^{あた}新しい学校生活が始まりました。
まだ暑い日もありますが、^{あさ}朝夕には秋の気配も感
じられます。^{げんき}元気に過ごせるよう、^{たいちょう}体調に気を
つけましょう。

せいかつ
9月の保健目標 「**生活のリズムを取りもどそう**」



たくさん眠ると
疲れがとれます。
早く寝ましょう



ぐっすり眠ると
早く目が覚めます。
気持ちの良い
1日が始まります！



カーテンを開けて、朝の
光を浴びましょう。
大きく深呼吸♪



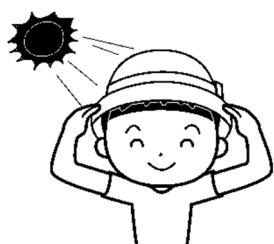
朝ごはんを食べましょう。
一日がんばる、元気が出ます！



 じぶん で き おうきゅうてあて 自分で出来る 応急手当	【すりきず】  すいどうすい あらう 水道水でよく洗う	【鼻血】  はな した むく 鼻をおさえて下を向く
【目にゴミが入った】  せんめんき みず かお 洗面器にためた水へ顔を付けてまばたきする	【やけど】  すいどうすい ひ 水道水でよく冷やす	【ねんざ】  うご 動かさないようにして冷やす

まだまだ
熱中症
に注意!

ぼうし ひがき つか
帽子や日傘を使おう



こまめに すいぶん
こまめに水分をとろう



うで ひ すず
腕を冷やすと涼しい♪



じてんしゃ
自転車、
の
こんな乗り方を
していませんか

じてんしゃでも 危険な運転は、
自分や周りの人のケガ、命の危険に
つながることも。



じてんしゃ の ひと
自転車に乗る人も

の ひと
乗らない人も、

ちゅうい
注意しましょう！



こうつう いはん
交通違反をしてしまったら、車などと同じように罰金を払う必要もあります。
ただ うんてん こころ
正しい運転を心がけましょう。