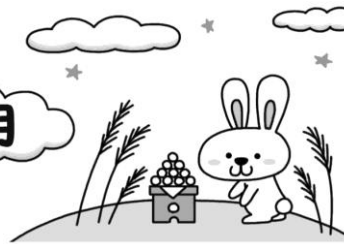




ほけんだより 9月



松橋支援学校

保健室

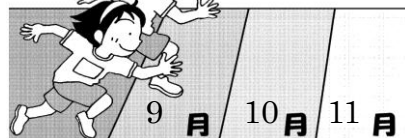
平成27年9月1日

2学期がスタートしました。夏休みは元気にすごせましたか？
まだまだ暑い日が続きます。生活を学校生活のリズムに戻して元気
いっぱい2学期をスタートさせましょう。
2学期もよろしくお願いいたします。

新学期！

元気に

スタート！

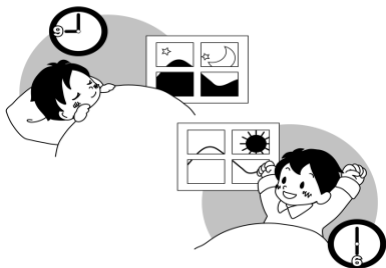


生活リズムをとりもどそう

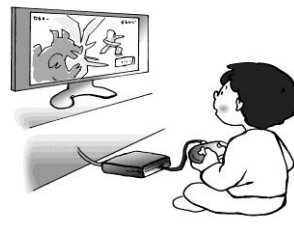
「早起きがつらい」「体がだるくて調子が悪い」とならないように生活リズムをととのえましょう。



朝ごはんを食べよう



早寝早起きをしよう



テレビやゲームは時間を決めよう

治療はすみしましたか？

健康診断で見つかったむし歯の治療がまだすんでいない子どもたちに「治療の
おすすめ」を夏休み前に渡しました。夏休みに治療はすみしましたか？治療が終わ
ったら、治療報告書を担任の先生、または保健室に提出してください。



みず こおり だい

水と氷が大かつやく！

けがをしたとき、まずは自分でできる応急手当をしたいものです。そこで大かつやく
するのが水と氷です。けがをしたときはまずしてみましょう。

○水→すりむいたときに傷口の汚れを洗い流す

やけどの時に流水で冷やす

○氷→打ぶく・ねんざ・つき指したところを冷やす

