

# ほけんだより 9月

平成27年9月  
大阪狭山市立  
南第三小学校  
保健室

あき かぜ ふ おも よるあつ ゆだん  
秋らしい風が吹いたかと思えば夜暑かったり、油断して  
うすぎ ね よなか きゅう さむ てんき  
薄着で寝たら夜中に急に寒くなったり・・・。天気が  
ふあんてい じき たいちよう くず ひと おお  
不安定なこの時期は、体調を崩す人が多いです。  
きおんさ いふく まいぶん い きおん  
気温差5℃で衣服1枚分とされています。気温や  
たいちよう あわせて ぬいだり きていり できる 服で うまく ちょうせつ  
体調にあわせて脱いだり着たりできる服でうまく調節  
して過ごしましょう。



## なつやす は 夏休み歯みがき がんばりました！

まんてん は にん  
満点 歯っぴー は 116人

つぎ は げっかん がつ きゅうしょくご は  
次の歯みがき月間は11月（給食後の歯みがき）です。  
ふだん まいにち ぬ まんてん は め さ  
普段から毎日みがいて満点歯っぴー目指しましょう！！



## 保護者の方へ

### ほけんしつ ねが 保健室からのお願い



1 ご家庭で不要の

「タオル（使用済みを含む）・ぞうきん・固形せっけん」

がありましたら、お子さまを通じて学校へお持ちください。

トイレそうじで使用していますが、不足しています。

ご協力よろしく願いいたします。

2 夏休み中に病院で治療し、「受診報告書」をまだ出していない人は、  
提出してください。

# 9月9日は 救急の日



けがをしたとき

じぶん  
自分でできる

てあ おほ  
手当てを覚えよう!

● すりきず



きず口の汚れを  
水道の水で洗い  
ながす

● きりきず



血が出ているところ  
をキレイなハンカチ  
で押さえる

● 鼻血



うつむいて小鼻を  
ギュッとつまむ

● やけど



すぐに水道の水  
でよく冷やす

よぼう せいかつ  
《けがの予防は、ふだんの生活から》

くつのかかと  
ふんでいませんか?



つめ  
のびていませんか?

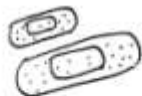


うち きゅうきゅうばこ はい  
お家の救急箱に入っているかな?

体温計



ばんそうこう



包帯



ガーゼ



紙テープ



綿ぼう



ピンセット



はさみ

