



山崎北小学校 ほけんしつ

夏休みが終わり、2学期がスタートしました。みなさんはどんな夏休みを過ごしましたか？  
学期はじめは、生活リズムの変化で体のだるさ・疲れが出やすくなります。  
「はやね・はやおき・あさごはん」の3つを心かけて、夏休み気分をリセットして学校のリズムにもどしましょう。  
まだまだ暑い日が続くので、熱中症対策も忘れずに、心からだも元気いっぱいに2学期を過ごしましょう♪

## あなたの生活リスト大丈夫？



### ～交通事故を防ごう～

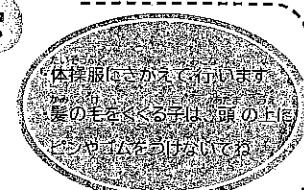
- 道路をわたるときは、必ず横断歩道を這ろう
- 青信号でも、必ず左右確認しよう
- おしゃべりに夢中にならないようにしよう
- 止まっている車のそばを通るときにも、気をつけよう
- 縁石ブロックの上は乗らないで、歩道を歩こう
- 自転車のふたり乗りや、ながら運転はやめよう



ルールを守って、大切な命も守ろう

健康診断の  
あらせ  
身体測定があります

9月 3日(金) 5・6年生  
6日(月) 1・2年生  
7日(火) 3・4年生



## 9月9日は救急の日

救急とは、急におこった病気やけがの手当てをすることです。

けがをしてしまったとき、正しい手当てができるですか？

学校でも、すり傷や切り傷、鼻血、だぼく…など、さまざまなかが起こっています。

もしもけがをしたときに何ができるか、覚えておこう！



### 「10時～11時」と「13時～14時」これ、何の時間？

#### A. 学校でけががたくさん起きる時間

全国の小学生のけがのうち、なんと半分は「休み時間」に起こっています。

10時～11時は葉問休み、13時～14時は昼休みですね。

楽しい休み時間に痛い思いをしてしまわないよう

こんなことに注意しましょう

□遊具は正しく使ってますか？

□まわりの人を見ていますか？ □うるがを走っていませんか？

□時間ぎりぎりまで遊んで、あわてて教室に戻っていませんか？