

9月のほけんだより

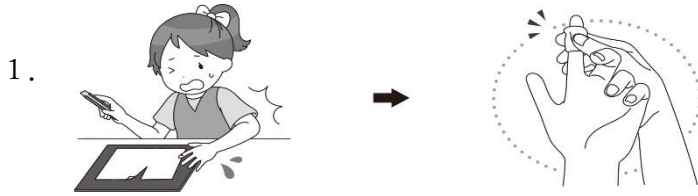


スポーツの秋となりました。体を動かすことは、病気の予防やけがの予防につながっていきます。たくさん体を動かして、丈夫な体をつくっていきましょう！

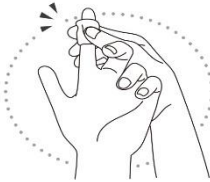


9月9日は、9（きゅう）9（きゅう）と9が2つで『救急の日』と制定されています。

広島県ではまだ暑さが続いています。つかれがたまっていると、思わぬケガをしてしまうこともあります。そんなときには、自分ができること、しておいてほしいことがあります。覚えておいてくださいね。



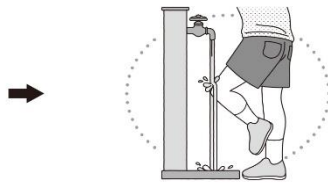
ゆびを切った



止血する



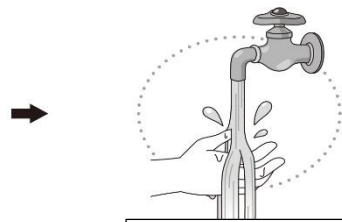
すり傷ができた



傷口を洗う



やけどした！



流水であらう



鼻血がでた！



鼻をつまんで下を向く

運動するとき
チェックしよう

かきくけこ

- か**み（髪）はまとめておこう
- き**つてあるかな？
手足のツメ
- く**つのサイズは合っている？
- け**が予防の準備運動
- こ**まめに水分忘れずに

今日は何の日？ クイズ

9/6 は黒の日。
黒いものの漢字、読めるかな？

① 海苔 ② 木耳 ③ 黒子

ヒント ②は、きのこの仲間だよ