



2025年（令和7年）9月1日 大阪市立弘済小学校 ほけんしつ



2学期が始まりました。暑い日がまだまだ続きますが、休みモードから学校モードに切り替えて、けがなく健康に過ごして行きましょう。

さて、今月末には運動会があります。これから当日に向けての練習が毎日続いて行きますので、体がだんだん疲れてくるかと思います。こまめな水分補給はもちろんですが、毎日の食事・睡眠が大切になってくるので、ぜひ意識してみてくださいね。

じ てんしゃ 自転車、の こんな乗り方を しそいませんか

自転車でも危険な運転は、
自分や周りの人のケガ、命の危険につながることも。



応急手当 何のためにするの？

ほうっておいても治るのに、なんで応急手当をしなきゃいけないの？ と考えたことはありませんか。やけどのしたら流水で冷やす、鼻血が出たら小鼻を押さえて下を向く。こうした応急手当は、ケガや病気を治すための大変なはじめの一歩です。

だからこそ「すぐにできること」を知っておくのが重要です。いざというとき自分の体を守るためにも、保健室で応急手当をしてもらったときなどに応急手当を少しずつ覚えていきましょう。

