

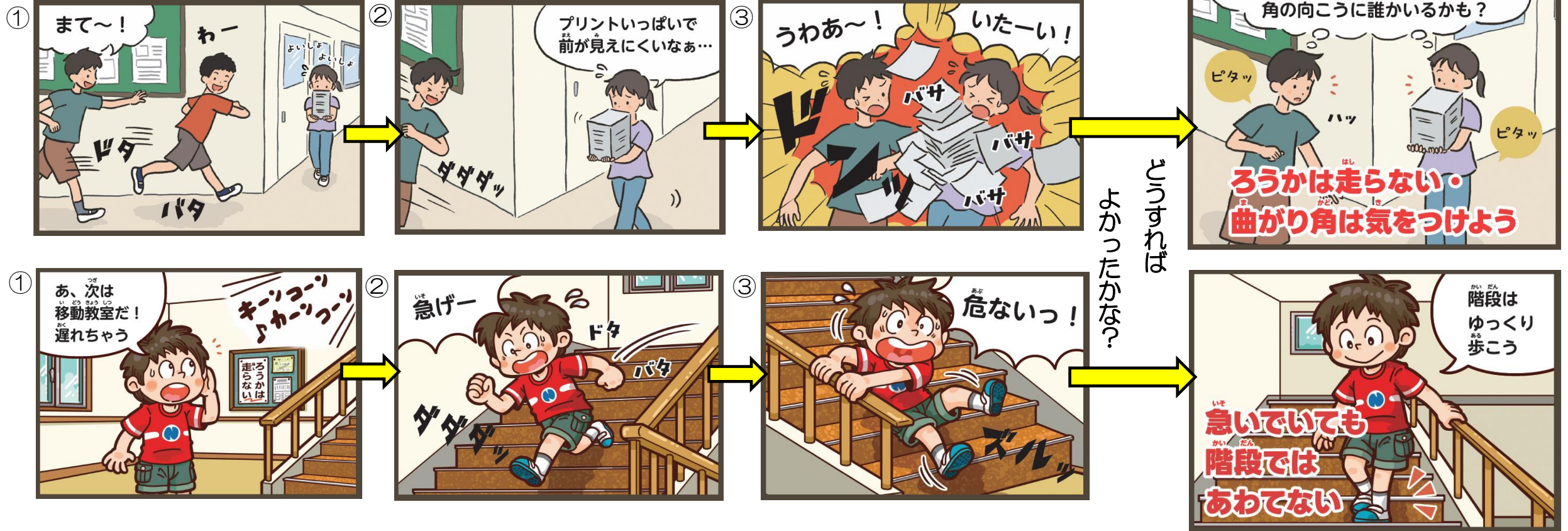


夏休みが明け2学期がはじまりましたが、みなさんの生活リズムはどうでしょうか？ 眠たくても早起きをして太陽の光を浴び、朝ごはんを食べることが大切です。しっかり生活リズムを戻していきましょう！

令和8年 8・9月号 大阪市立北恩加島小学校 保健室

今月の保健目標 『けがを防ごう』

1学期、けがで保健室に来た児童は、のべ662人いました。どのようにしてけがをしたのかを聞くと、防げるけががたくさんありました。下のイラストを見て、どんなときにけがをしやすいのか考えてみましょう！



◇◆8・9月の保健行事◆◇

26日(水) 発育測定6年	1日(火) 発育測定2年
27日(木) 発育測定5年	2日(水) 発育測定1年
28日(金) 発育測定4年	7日(月) 修学旅行前内科検診6年(13:25~)
31日(月) 発育測定3年	15日(火) 歯みがき指導2年



保護者のみなさまへ

○まだまだ暑い日が続きますので、必ず水筒を持たせてください。
○爪が伸びているとけがにもつながりますので、ご家庭でも爪のチェックをお願いします。
8・9月も引き続き熱中症が心配です。まずは、早寝早起きを心掛けさせ、睡眠時間を確保しましょう。また、午前中の活動がしっかりできるように、朝ごはん栄養補給・塩分補給をさせてください。よろしくお願いします。