

★ようこそ!ほけんしつへ★

心配していた天気にも恵まれ、無事に運動会を終えることができました。どの学年も、練習の成果がしっかりと発揮できたのではないのでしょうか。とても素敵な表情の子がたくさんいました。



季節の変わり目!!体調を崩しやすい時期です!!

秋らしい気候になってきました。この時期は気温差が激しいため、体調を崩しやすい時期でもあります。日中は外で遊んだり運動したりすると汗をかくこともあります。汗拭きタオルがまだまだ必要ですね。朝や夕方は肌寒い日も多くなってきました。羽織れる上着を用意しておくのもいいですね。

そして、このような時期だからこそ、生活リズムを整えておくことが大切です。これから社会見学や修学旅行、自然教室など、たくさんの行事があります。体調を崩して参加できなくなった、ということがないように毎日の生活リズムをしっかり整えておきましょう。

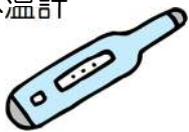


救急用品を点検しましょう

9月9日は、救急の日でした。この機会におうちの救急用品をチェックしてみましょう。古い薬は処分し、新しいものを補充しましょう。

～救急用品例～

体温計



ばんそうこう



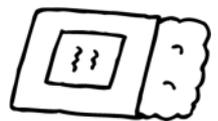
包帯



ガーゼ



脱脂綿



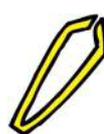
綿棒



ピンセット



毛抜き



はさみ



湿布薬



常備薬



いざというときに慌てないように、取り出しやすい所に保管しておきましょう。