

～9月の保健目標:★規則正しい生活をしよう!～

自分でできるけがの手当て

夏休みの健康しらべ集計結果

★夏休み中、けがや病気で病院へ行った人(大名小)

- ☆新型コロナ…35人
- ☆インフルエンザ…1人
- ☆やけど…1人
- ☆入院や手術…2人
- ☆かぜ…3人
- ☆骨折…3人
- ☆その他のけが…1人
- ☆腹痛、下痢…1人
- ☆ねんざ…1人

ムシ歯の治療に行った人は16人でした。

たくさんの子が、夏休み中にケガや病気をしたようですね。大丈夫ですか?大きなケガや病気をしないよう一学期後半もがんばっていきましょう!



9月1日は、防災の日。
9月9日は救急の日です。
おうちの救急箱の中身も点検しよう

もうすぐ「大名っ子発表会!」久しぶりの行事にみんなはりきって練習がんばってます!



生活のリズムを整えよう!

<p>朝、スッキリ目覚める。</p>	<p>はい いいえ</p>	<p>睡眠不足はけがのもと。遅くなくても早めにふとんに入ろうね。</p>
<p>おいしく食べられる。</p>	<p>はい いいえ</p>	<p>おやつを食べすぎに注意!食事のときは少しずつでも、いろんな種類のものを食べよう。</p>
<p>おなかの調子がよい。</p>	<p>はい いいえ</p>	<p>前ごはんをしっかり食べて、決まった時間にトイレに入る習慣を。</p>
<p>学校へ行って友達と遊ぶのが楽しい。</p>	<p>はい いいえ</p>	<p>心配なことや悩みがあったら、いつでも話しいらっしゃい。</p>
<p>寝る前はリラックスする。</p>	<p>はい いいえ</p>	<p>寝る前に、少しぼんやりできる時間をつくろう。</p>

生活のリズムが乱れると、



おうちの方へ

☆むし歯の治療はおわりましたか?
治療がおわったら、お知らせカードを提出してください。
加イ賞状がもらえますよ!
なくした方は再発行しますので、ご連絡してください。

