



2017.9.5  
王子小学校  
ほけんしつ  
おうちの人といっしょによもう

## さあ、2学期の始まりです！

なが たの ながやす お がっき がっき  
長く楽しかった夏休みが終わり、2学期がはじまりました。2学期は  
おんがっかい  
音楽会がありますね。みんなのがんばりをおうちの方々にたくさんみてもら  
えます。けがをしたり、びょうき げんき ほんばん  
病気になるたりせずに元気に本番をむかえられるよ  
うにしましょう。

### なつやす せいかつ 夏休みあけの生活をとのえよう！

はやね はやお あさ あいことば きそくただ せいかつ  
『早寝・早起き・朝ごはん』を合言葉に、規則正しい生活をしましょう。  
じぶん せいかつ じぶん みなお ころ からだ すこ はや がっこう ペース  
自分の生活を自分で見直し、心と体が少しでも早く学校のペースになれ  
て、げんき かつどう  
元気に活動できるといいですね。

## ぼく・わたし いくつ？

さいきん じぶん かせ  
最近の自分をふり返って、  
できたところに🌻をつけよう

例

- ケガをしなかった
- 外でたくさん遊んだ
- きれいに手を洗った
- 忘れ物をしなかった
- 「おはよう」のあいさつができた
- 友達とケンカせずに仲良くできた
- よくかんで食べた
- つめはのびていない
- 朝ごはんを食べた
- 1本ずつていねいに歯をみがいた
- 早起きできた
- ろうかを走らなかった

がつかなかったところは  
あした  
明日からチャレンジ！

ケガをしたら 自分のできる応急手当		
<b>すり傷</b> <b>グラウンドでこけちゃった</b> ✕ 傷についた砂やドロを手で強くはらう ・すぐに、ばんそうこうを貼る ◎ 砂やドロを、水でよく洗い流す	<b>きり傷</b> <b>カッターナイフで切っちゃった</b> ✕ 血が出ていたら、なめる ◎ せいかつなハンカチで傷口をおさえる ・出血が多い時は病院へ	<b>つき指</b> <b>ボールがあたった</b> ✕ 指をひっぱる ◎ 氷を入れたビニール袋などで冷やす ・となりの指とテープで固定 はれや痛みがひどい時は病院へ
<b>さし傷</b> <b>木の小さなとげがささった</b> ✕ よこれた指でつまむ ◎ 毛抜きでつまんで抜く ・消毒をする 抜けないときや、残ってしまったときは病院へ	<b>さし傷</b> <b>さびた釘をふんでしまった</b> ✕ 家で消毒するだけ ◎ 病院へ行く 破傷風の危険があります	<b>やけど</b> <b>熱いお湯が手にかかった</b> ✕ 氷を直接あてる ・すぐ薬をぬる ◎ すぐ水道水で冷やす 水は強くあてずにやさしく
<b>鼻血</b> <b>急にできたよ</b> ✕ 上を向く ・首の後ろをたたく ◎ あごを引いて鼻をつまむ	<b>目にゴミ</b> <b>なにが目にいった</b> ✕ こすってみる ◎ まばたきをして涙で流す ・取れないときは、水で流す	<b>ねんざ</b> <b>足をひねっちゃった</b> ✕ 痛い足を地面につけて歩く ・あたためる ◎ その場で安静に ・氷を入れたビニール袋で冷やす

おうちの方へ ～こんな時はお知らせください～

- ◎ お子さんの体調について
- ★ 夏休み中に大きなけがや病気をした。
- ★ 新たにアレルギー症状が出たなど
- その他、調子の悪いところや気になることがありましたらお知らせください。
- ◎ 変更点
- ★ 緊急連絡先
- ★ かかりつけの医療機関など
- 緊急時に必要な情報ですので、変更がありましたら、担任までご連絡ください。

