

# 9月 ほけんだより

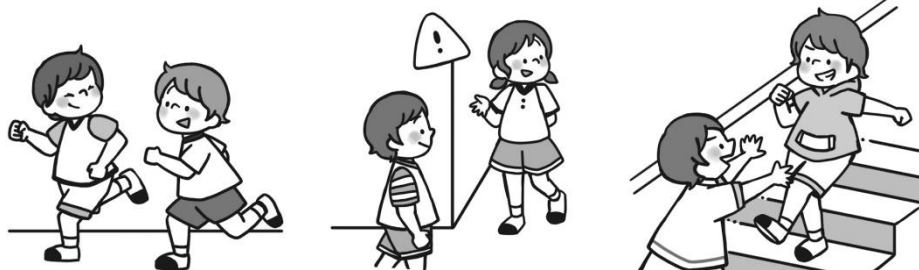


八万小学校 保健室

8月の登校日は、登下校するだけでたくさん汗をかき、大変でしたね。暑さや疲れから、8月中頃から「頭が痛い」「しんどい」といって保健室へ来る人が多かったです。暑さのピークは過ぎたように感じますが、引き続き規則正しい生活を心がけて体力や免疫力をつけましょう。また、体調が悪いときはおうちでゆっくり過ごしましょう。

## 9月9日は「救急の日」

けがをしない、させないように自分の生活をふりかえりましょう！



ろうかを走って  
いませんか？

曲がり角で気をつけて  
いますか？

階段で遊んで  
いませんか？

### ちょっと豆知識

家にある洗剤で身近なものを消毒できます。NITEウェブサイトで確認できます。内容は随時更新されています。

## 人は知らないうちに顔をさわっています



菌やウイルスから体を守るために顔をさわらないことや手洗いが大切♪

## 手洗い6つのタイミング

外から教室へ入る前



給食の前



咳やくしゃみをしたあと



そうじのあと



トイレのあと



みんなが使うものをさわったあと

