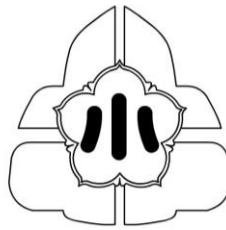


令和3年度

石北小だより

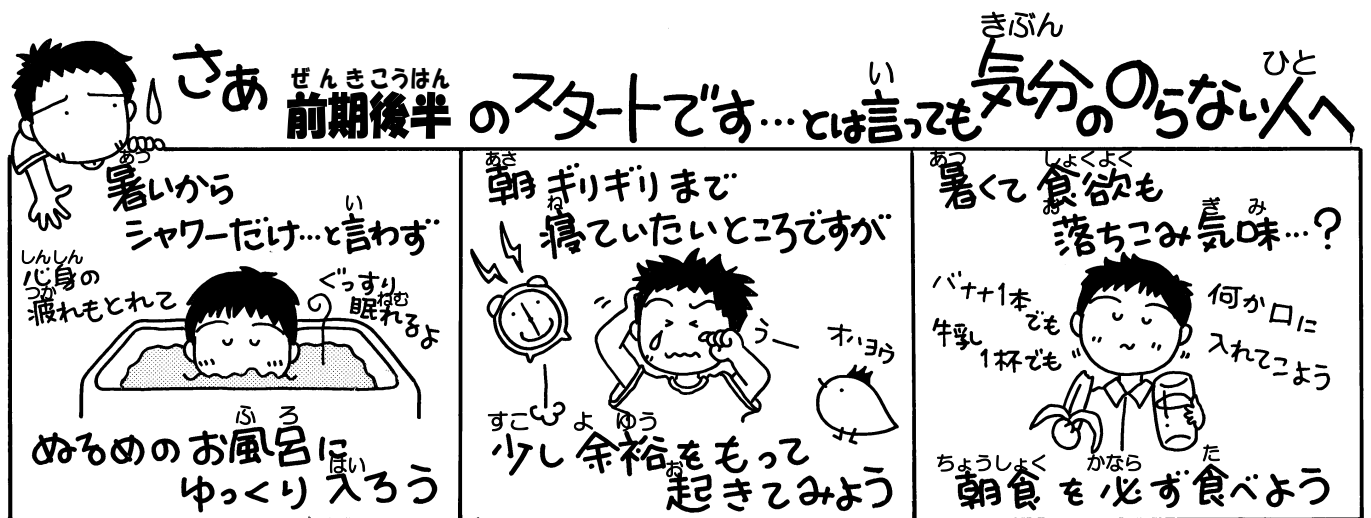
げんきだより



No. 43

9月号

ながかった夏休みもあっという間に終わり、前期後半がスタートしました。みなさんはどんな夏休みを過ごしましたか？元気な顔で登校している人や少し眠そうな顔をしている人、疲れている顔をしている人さまざまの人がいます。まだまだ、日中は暑い日が続くので「早寝・早起き・朝ごはん」を意識して体調を整え、元気に過ごしましょう！



## 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

- ★夏休み中に大きなケガや病気があった場合
- ★新たにアレルギー症状が出た場合
- ★その他、体調不良や気になることがある場合

### 緊急連絡先について

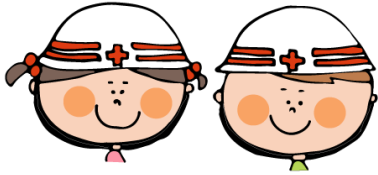
- ★緊急連絡先の変更があった場合  
(電話番号や勤務先など)

お子さんのことで心配なことや気になることがあれば、お気軽にご相談ください。



※連絡帳やお手紙、電話など連絡方法はなんでも構いません。  
ご協力お願いいたします。

きゅうきゅう ひ  
救急の日



9月9日は、救急の日です。救急とは、急病人やすり傷、捻挫などの怪我へ応急手当をすることです。自分が怪我をしたとき、また自分だけではなく、友達が怪我をしたときの応急手当ををしっかりおぼえて、実行できるようにしましょう。

★じぶんでできる…<sup>おうきゅうてあて</sup> 応急手当★

**応急手当** 保健室へ行く前にできること

すりきず・切りきず



きず口を水道水で  
きれいに洗う

鼻出血



10分以上は  
鼻をつまんで下を向く

やけど



水道水で20分以上は  
冷やす

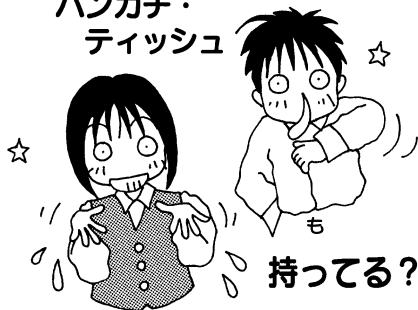
だぼく・ねんざ



授業や試合の途中でも  
すぐに保健室へ

もう1度チェック！

ハンカチ・  
ティッシュ



持ってる？

感染症予防に手洗いは欠かせません！

せっかく洗ってもハンカチが汚れていたら…洋服で拭いていたら…  
意味がありません。

いつもきれいなハンカチをポケットに入れて持ち歩きましょう！



鼻をかんだティッシュや汚れたマスクは自分のゴミ袋に入れましょう！

ゴミ袋には、必ず名前を書きましょう！