

ほけんだより9月号



下山小学校 ほけんしつ
R6. 9. 2 No.6

2学期が始まりました。🌀は今、夏休みの「ころにき」、家族ハピハピ帳を点検中です。楽しい夏休みをすごせただな」と🌀にもハピハピが伝わってきています♡。学期の初めは生活リズムの変化で体がだるかったり、つかれやすくなったりしやすいときです。4月に決めた自分の生活目標を今一度確認し、毎日元気に登校できるよう、自分で生活のしかたを工夫してみよう！早ぬ・早おき・朝ごはん・メディア時間に気をつけて、暑い9月を健康にすごしましょう。

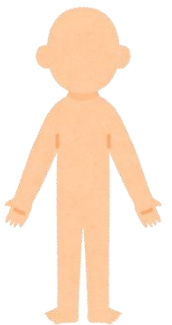
9月1日は**防災の日** そして、9月9日は**救急の日**

ひま

わからないところは、おうちのひとと相談、一緒にネットや本で調べてみよう！12レスキュー中、9レスキュー正解で、プレゼントを用意しています。9月中旬に提出！

しもやましよう ぼうさい きゅうきゅう けんてい 下山小 防災&救急レスキュー検定

<p>《防災》近い将来、必ず来るといわれている、とても大きな地震の名前を正しく書きましょう。</p>	<p>《防災》被災した人が伝言を録音し、それをどこからでも聞くことができる「災害ダイヤル」は何番？</p>	<p>《防災》災害が起こったとき、避難場所や災害に関する情報はなにを確認するのが一番よい？</p>
<p>《防災》避難グッズを入れた「非常用持出袋」家のどこに置いておくのとよい？それはなぜ？</p>	<p>《防災》海にいるときに、大きな地震がきました。どこへ避難するのがよい？</p>	<p>《防災》エレベーターに乗っているときに大きな地震がきた。どうするとよい？</p>
<p>《救急》救急車を呼びたい！あれ、何番だっけ？そして下山から一番近い消防署はなに消防署？</p>	<p>《救急》心臓が正しく動いていないときに、電気ショックを与えて、心臓の動きを整える装置をアルファベット3文字で何という？また、下山小には2台あります。どこと、どこに置いてある？</p>	<p>《救急》一輪車の練習中「すってーん！」転んですりむいてしまった。まずは自分で何をします？</p>
<p>《救急》鼻血がでた！どこを向いて、どこをおさえながら保健室に行く？(絵でもOK)</p>	<p>《救急》包丁で親指の先を切った！うぬぬ…中々血が止まらない。そんなときは、どこを、どんな力でおさえるとよい？(絵と文字でもOK)</p>	<p>《救急》外にいるとき「なんだか頭が痛いなあ…」熱中症かも！？どんな場所で、〇分を取って、足をどんな風にしてねころんで、体のどこを冷やすとよい？(5か所〇をつけよう)(絵と文字でもOK)</p>



こうし てしまひびき せんせい
講師 手島 英樹 先生



家族で防災について考える

令和6年、7月4日

親子でLoveマッスル ステーキのいえ

こうがく ほけん いいんかい
学校保健委員会

いざというときに心といのちを守る

ママとパパのステーキをみつめてうれしかった。

家族の仲が深まったし、家に帰ったら家族とたくさんいっしょにすごしたりあそんだりしたい。



じしんのときにトイレがつかえなくなるとしたとき、フタをはずしたら、おとなになつたときもおぼえておきたい。

家族4人分の1週間の食料がなくなったとき、被害がおきたときはまずは自分の命を守ってからみんなのために働きたい。



今まであまり家族とステーキを考える時間がなかったから、ステーキを考へてうれしかった。



みんなのからだをニコニコのちをまもるために、ぼうさいグッズをそろえたいとおもった。



家族のいいところを探して、新しいいいところを発見することができた。にんにくをほぐすことができて、もっと仲良しなよした。



からだをニコニコのちをまもるためには、じゅんぴがたきざんあつて、しやくりやくがいっぱいいろこがわかった。かざりときえろりくして、いのちをまもりたい。



お父さんとお母さんのステーキはとろろがたきざんできた。2人ともステーキがたきざんあるんだと思った。

家族のステーキを見つけたの、うれしい気持ちになった。家族のきずなが深まった。



からだをニコニコのちをまもるためには、手島先生の講話は全部おもしろかった。防災をしたいと思った。次のみんなくんもしけんにもやりたいと思った。



手島先生の講話をきいて、電気が消し、電気が使えない生活も、何もかも使えない生活をしてみようと思った。



もし、じしんがトイレがつかえなくなつたら、自分でつめたトイレをつかいたいし、みんなのトイレのじりやくをつかりかたをおしえてあげたい。

まずは、自分でいざそのあと、お年寄りやこまわしい人を助けたいと思った。

トイレに行かないと、びょうきになるから、トイレをじゅんぴしておくことは大切だと思った。



トイレに行かないと、びょうきになるから、トイレをじゅんぴしておくことは大切だと思った。



さいがいにもたえて、水、ごはん、トイレをじゅんぴしたい！

「ほごしやのみなさまへ」
親子でLoveマッスル、「学校保健委員会」に加入して「AED講習」にご参加いただきありがとうございました。皆様のおかげで、安全に夏のプール開校イベントができました。お身体への伸びる、家族イベント、滅災会議のご参加もありがとうございました。2学期もよろしくお願ひします。



学校のみんなくんは、本当に地しんがきたとき、みんなにニコニコ。次のみんなくんは、ぶろくで自分たちで行く、自分の命は自分で守る、という気持ちで参加する。

