

ほけんだより



加須市立花崎北小学校
保 健 室
令和 7 年 9 月 1 日

なが なつやす
長い夏休みはどのようにすごしましたか。しゅくだい
宿題をすすめながら、なつやす
夏休みにしかできないけいけん
経験ができたでしょうか。やす ちゅう せいかつ
休み中は生活リズムが崩れやすく、2学期がスタートすると疲れが出やすいです。さいしょ つら おも
最初は辛いと思いますが、ここでせいかつ
生活リズムをリセットしてととの
整えるようにしましょう。まだまだあつ ひ つづ
暑い日が続きますのでねっちゅうしょう
熱中症にも注意をしながら、ぎょうじ
行事がたくさんある2学期をげんき
元気にすごしていきましょう。



お知らせ

治療勧告書の提出をお願いします！

夏休みを利用して、歯医者や眼科、
その他の医療機関を受診し、治療等を
終えた人は、治療勧告書の提出をお願いいたします。

9月の予定

身体測定

9月3日（水）あさひ、1年生

9月4日（木）2年生、3年生、4年生

9月5日（金）5年生、6年生



／ 気をつけて！ ／

けがをしやすいのはこんなとき

すいみん えいよう ぶそく
睡眠・栄養不足



しゅうちゅうりよく さ
集中力が下がり
ちゅうい ち
注意が散るため

な
慣れていない



うご むり で
動きに無理が出て
しつぱい
失敗しやすいため

イライラしている



れいせい か
冷静さを欠き
うご みだ
動きが乱れるため

いそ
急いでいる



しゅうい ちゅうい
周囲への注意が
ふじゅうぶん
不十分になるため