

# ほけんだよ!

9月

NO.5  
令和5年9月4日  
大泉町立西小学校

2学期がはじまりましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。朝から体調が悪いとほけんしつに来室している人もいますので、生活リズムを見直し元気に学校に登校できるようにしましょう。

生活リズムを  
学校モードに  
戻そう!



朝ごはんを  
ゆっくり食べる



朝は余裕を持って、  
同じ時間に起きる

寝る前にスマホを見るのをやめ、  
早めに寝る

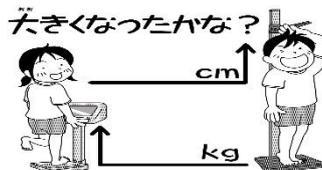


## 内科検診

9月6日 (水)	3年生
12日 (火)	2年生
15日 (金)	4年生
19日 (火)	6年生
20日 (水)	5年生
10月18日 (水)	1年生

## 発育測定

9月13日 (水)	4年生
10月4日 (水)	1・2・3年生
10月6日 (金)	5・6年生



大きくなったかな?

10月18日 (水)

1年生

9月9日は  
救急の日

汗が  
をしやすいのは  
みんなとき!

慌れているとき



周囲の状況を落ち着いて  
見られるように、余裕を  
持って行動しよう。

油断しているとき



「危ないかもしれない」  
と考えて、いつも以上に  
安全確認をしよう。

疲れているとき



前日の疲れが残っている  
と注意力が落ちてしま  
よ。睡眠はしっかりと。