



なが なつやす お 長い夏休みが終わりましたね☺^{たの}楽しかったですか？^{やす}休みの間も^{あいだ}生活リズムを^{せいかつ}崩すことなく^{くず}過ごせましたか？^{はなし}楽しかったお話^きたくさん聞けることを^{たの}楽しみにしています☺さて、もうすぐ^{うんどうかい}運動会がやってきます。これから毎日^{まいにち}運動会練習^{うんどうかい}が始まりますね。たくさん^{あせ}汗をかくので、^{きが}着替えや^{すいとう}水筒、^{ぼうし}帽子は毎日^{まいにち}持ってくるようにしましょう☺^{たいちよう}また、^{わる}体調が悪い時には^{むり}無理をせず^{やす}しっかり^{こんげつ}休みましょう。今月は^{うんどうかい}運動会もある^{ねっちゅうしょうよぼう}ので^{きょう}熱中症予防について^{かんが}みんなで^{かんが}今日からできることを^{かんが}考えてみましょう☺

ねっちゅうしょう 熱中症に気をつけましょう!

水分補給をしよう 	日の当たらない場所へ移動しよう 	休憩をとろう
帽子をかぶろう 	暑い時はマスクをはずそう 	健康な体づくりをしよう

持ち物チェックシート

すいとう 水筒	
ぼうし 帽子	
きがえ 着替え	
タオル	
ひつよう 必要であれば日焼け止め	

まいにちあわすれもの
毎日忘れ物がないかチェックしよう!!



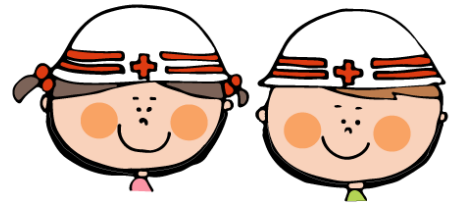
うんどうまえ
運動前には
「準備」が大切です

まがいが探しにチャレンジしてみ
てね!全部で7個!!見つけれらる
かな?

うんどうかい ひなんくんれん おおいそが
9月は運動会に、避難訓練!大忙し
です。せいかつ 生活リズムを^{とどの}整えて^{げんき}元気に
がっこうせいかつ おく
学校生活を送りましょう☺

9月9日は

救急の日



ケガをしたら…

まずは自分でできること

まだまだ暑さが続いています。つかれがたまっているときは思わぬケガをすることも…。そんなとき「すぐ保健室へ！」の前に、みなさんが自分でできること、しておいてほしいことがあります。ぜひおぼえておいてください。



あろう



傷口についた砂やどろ、よごれを洗い流す

おさえる



きれいなタオルやハンカチでおさえる

あげる



傷口を心臓より高くあげる
(血が出にくくなります)

ひやす



ぬらしたハンカチやビニール袋に入れた氷などでひやす

+ α

緊急!

でも

正確に!



救急車の呼び方

- 1 119番にかけ、「火事ですか、救急ですか」と聞かれるので「救急」と答える
- 2 どこで、誰が、どんな状態なのかをはっきりと簡潔に伝える
- 3 自分の名前、所在地
(近くで目標になりそうな建物なども)、かけている電話の番号を正確に伝える
- 4 救急車が着くまでにやるべきことなどの指示を受ける
- 5 救急車が着いたら、救急隊員に状況(どんな容体か、それまでの手当て、持病があれば病名など)をくわしく伝える



火事ですか、救急ですか

救急です！
〇〇駅の前で…



携帯電話・スマホから通報したときは…

- ・転送される場合があるので、通話がとぎれても切らずに待つ
- ・救急車の目的地がわからなくなることがあるので、現場を離れない
- ・途中で切れないように、できるだけ立ち止まって話す
- ・通話終了後も、折り返しの着信に備えて電源は切らない