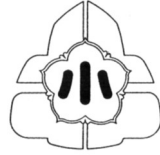


令和5年度

石北小だより



げんきだより 9月号

R5.9.1

前期後半の始まりです!

やく げつはん なつやす たの す
約1か月半の夏休みは、楽しく過ごすことができましたか?

はや みなさんに会えるのを、たの しみにしていました。

9月には、しゅくはくがくしゅう いねか こうがいがくしゅう など楽しい行事があります。

はやく 学校生活のリズムを取りもどして、じゅうじつ 充実した

ぜんきこうはん
前期後半のスタートを切りましょう!



なつやすみ あいだ ね じかん おそ
夏休みの間に寝る時間が遅くなったり、ごはんを た 食べる時間がバラバラになっ
りしていませんか?

なつやす あ 夏休み明けの

せいかつ 生活チェックをしてみよう

あさ スッキリと目がめ さ 覚めない。

あさ 朝はいつも おおいそ 大急ぎ!

べんぴ 便秘になりやすい。

ね つきがわるい。



なつやす あ 夏休み明けの

せいかつ 生活リズムチャレンジ

カーテンをあ ね 開けて寝る。

つぎ ひ じゅんび ねるまえ
次の日の準備は寝る前

あさ 朝、トイレタイムをとる。

ね まえ
寝る前にスマホやタブレット、
ゲームはしない。







きゅうきゅう ひ
救急の日

と 9月9日のナゾを解け!

□にあてはまる文字をいれて、ことばを完成させてみよう!

①		②	③		④	⑤
	う			う	て	

<p>① 切りきずは、 血を止めるために、 きずぐちを〇〇〇る。</p> <p>□ □ □</p>	<p>② この車の名前は?</p>  <p>□ □ □ □ □ 車</p>	<p>③ やけどをしたら、 すぐに〇〇〇〇〇で ひやす。</p>  <p>□ □ □ □ □</p>
<p>④ すりきずは、 水でよく〇〇〇、 土やよごれをきれいに 落とす。</p>  <p>□ □ □</p>	<p>⑤ 学校でけがをしたら、 保健室で〇〇〇をし てもらう。</p>  <p>□ □ □ □ □</p>	<p>完成した言葉は、け がをした時に、自分 でできる大切なこと です。</p>



第2回 身体計測(身長・体重)について

9月5日(火)に身体計測を行います。

当日は、かみの毛を高い位置で結ばないように注意してね。