

ほけんだより 9月

れいわ ねん がつむいか ひょうごけんりつわだやまとくべつしえんがっこう
令和6年9月6日 兵庫県立和田山特別支援学校

なが なつやす お がっき はし
長かった夏休みも終わり、2学期が始まりました！これから
うんどう あき げいじゆつ あき しょくよく あき かつどうてき たの あき
運動の秋、芸術の秋、食欲の秋…など、活動的で楽しい秋が
やってきます。そのために今、しっかり夏の疲れから回復して
おきましょう！ポイントは規則正しい生活ですよ☺



ねっちゅうしょう ちゅうい まだまだ熱中症に注意！



ね まえ お あと すいぶんほきゆう
寝る前と起きた後も水分補給！

あつ ひ すいみんちゅう あせ
暑い日は睡眠中もたくさん汗をかいています💧

こんなとき、けがをしやすくなります！



がっこのか きゅうきゅう ひ
9月9日は救急の日



がっこのか
9月9日は、9（きゅう）9（きゅう）と
ふた きゅうきゅう ひ
9が2つで『救急の日』といいます。

きゅうきゅう きゅう たいへん
『救急』とは、「急」に大変なことが
お 起こったときに、それを「救」うこと。

じぶん ともたち
自分や友達がけがをしたときの手当ての仕方を覚えておきま
しょう！また、けがをしないように、きをつけてみましょうね。

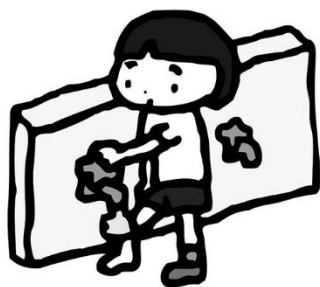


じぶん おうきゅうてあて
自分でできる応急手当

しってる？ てあてのしかた

すりきず すいどう みず あら なが
すりきず 水道の水で洗い流す

ぢ こばな
はな血 すわって、小鼻をつまむ



ゆび うご ひ
つき指 動かさないで冷やす

あし すこ
足のつり 少しずつのばす

