



平成26年9月1日
 湖南省立菩提寺小学校
 No.9保健室

がっき 2学期のスタートです！

ことし なつ てんき ふあんてい
 今年の夏は天気が不安定でしたね。



てんき よ あつ ひ かみなり おおあめ てんき わる ひ
 天気が良く暑い日、そして 雷 や大雨の天気の悪い日・・・

じぶん あんぜん だいいち き
 自分のからだの安全を第一に、気をつけてすごしてくださいね。



生活リズムをたて直そう

なつやす けんこう す
 夏休みは健康に過ごせましたか？

おお たいちよう
 大きなけがをしたり体調をくずしたりしていませんか？

きょう がっき はじ ひるま げんき
 今日から2学期が始まります。昼間に元気にすごし、



よる やす ただ こころ
 夜はしっかり休むためにもきそく正しいリズムになるよう心がけましょう。

あさ 朝のスケジュールをつくらう！

がっこう じかん か
 まず学校につく時間を書きます。それまでに学校につくためには何時に何をしたら
 いいのかな。なににどのくらいの時間がかかっているのか考えながら書いてね。

がっこう じかん
 学校につく時間

 :


いえ で じかん
 家を出る時間

 :


あさごはん
 朝ごはん

 :


みしたく
 身支度

 :


おきる じかん
 起きる時間

 :


ねる じかん
 寝る時間

 :


いつもだいたい同じ時間にできるよう、きそく正しい生活を送りましょう。

ちゅうい ねっちゅうしょう
まだまだ注意！熱中症！



はださむ ひもあれば、まだ蒸し暑い日もあります。夏休みの間、クーラーのきいたところ
 すごしていた人は、暑さからだがなれていないかもしれません。引き続き熱中症に気
 をつけて過ごしてくださいね！

がつ しんたいそくてい
9月の身体測定

しんちょう たいじゅうそくてい
 身長・体重測定、つめのチェックをします。

- | | |
|--------------|--------------|
| 9月 3日(水) 6年生 | 9月 4日(木) 5年生 |
| 9月 5日(金) 4年生 | 9月 8日(月) 3年生 |
| 9月 9日(火) 2年生 | 9月10日(水) 1年生 |

たいそうふくも
 体そう服を持ってきましょう☆



～お知らせ～

9月2日(火)～10月1日(水)の4週間、かいぬま もえ 貝沼 萌英さんが
 養護教諭の教育実習に来られます。保健室や教室で、子どもたちと
 関わってもらうこととなりますので、よろしくお願ひします。

