



10月19日(日)の運動会に向けて、9月から運動会の練習が始まります。

元気に、安全に運動会当日をむかえるために、みなさんに気を付けてほしいことがあります!

- ① 「運動会前健康調査」を8月27日(水)に配付・メールしました。おうちの人に必ず回答してもらってください。締め切りは、9月3日(水)となっています。
- ② けがをしったり、体調をくずしたりしないために、次のことに気を付けてください。



帽子のゴムの長さ確認



つまめは短く切る



早めにねる



きちんと朝ごはん



はきなれたくつをはく



9月1日は防災の日

9月9日は救急の日



災害時に必要な水の量はどれくらい?

飲用水... 命を守るための水

必要な量 1人あたり1日3ℓ、最低でも3日分
(2ℓのペットボトルが約5本必要!)

生活用水... 手を洗う・トイレを流す・食器を

洗う時などに使う水

必要な量 あればあるほどいい

覚えておこう! けがの手当て



すり傷は水道水で洗う



鼻血は鼻をしっかりとつまむ



つき指は氷で冷やす



火傷は水道水で冷やす