

ハッピー



周南市立富田西小学校
2024. 9

有意義な夏休みを過ごすことができましたか？いよいよ新学期のスタートです。
2学期は行事がいっぱいです。今学期もハッピーをたくさん見つけましょう！！

<第1回「すやすや睡眠計画」について>

★規則正しく、たっぷり睡眠をとっていたあなた！



すっきりと朝を迎えることができましたことでしょう。2学期も睡眠たっぷり生活を続けてください。きっと、成績もアップ、ケガも少なく過ごせると思いますよ！楽しみですね。



★生活のリズムが整わず、睡眠がたりないあなた！

脳がつかれていますよ。授業に集中できず、記憶力も低下します。注意力・判断力にもぶり、免疫力も下がるので、ケガや病気が多くなる可能性があります。今日から生活を整えましょう。今から頑張れば、まだ間に合います！

さて、あなたはどちらのタイプでしたか？これからを元気に過ごすには、どうしたらよいでしょうか。自分のことを大切に考えることができるように、十分な睡眠をとることをおすすめします！

きりとり

<情報交換コーナー>

子育てをする上での悩みや気づき等、自由につぶやいて、情報交換しませんか？ほけんだよりを通して、学校と家庭・地域で情報交換しながら子どもを見守り、子育てができたらと考えています。一つのテーマに対して、QRコードまたはURLから、締め切り日までにお返事いただくと助かります。記名は、自由です。ペンネームでも構いません。どうぞよろしくお願いいたします。

Q.習い事がある日、就寝時間が遅くなってしまう。
睡眠時間を確保するための時間の使い方についてヒントが欲しい。
(9/20 締め切り)



https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSficRNGz9hEcjfkHJssnJ-vHjVp40EmBIW-UYELURkZvr_95Q/viewform?usp=sf_link

9月9日は 救急の日



どれもどこかの学校で起こったことがある事故です。
事故が起こった理由と、ケガをしないためにはどんな
行動をしたらよいか考えてみましょう。

どうしてケガをしたのかな？



どれもどこかの学校で起こったことがある事故。
事故が起こった理由と、ケガをしないため
にはどんな行動をしたらいいかを考えてみよう。

なぜぶつかった？

廊下の角で
歩いてきた人に
ぶつかった



ふせ 防ぐには？



イスに座っていて
後ろに倒れて
頭を打った



ふせ 防ぐには？

なぜ倒れた？



なぜ落ちた？

階段から落ちた



ふせ 防ぐには？



なぜ目に当たった？

ほうきが
顔に当たって
目にケガをした



ふせ 防ぐには？

