



令和3年9月  
岩国市立岩国小学校  
※おうちのかたといっしょに  
よんでください。



夏休みが終わり、2学期が始まりました。夏休みは楽しく過ごせましたか？  
まだまだ暑い日が続きますので、こまめな水分補給を心がけてください。  
熱中症予防・感染症予防に気をつけながらも、元気いっぱい過ごしたい  
ですね。そのためにも、栄養バランスのよい食事や、たっぷり睡眠をとるな  
どして、規則正しい生活リズムを心がけましょう。

**けんきクイズ**

ケガをしても  
調子がいい先生ってだれ？

**ヒント** 調子がいいことを何と言うかな？

(難易) 簡単: 2/3  
普通: 2/3

\*\*\*お知らせ:\*\*\*

- 身長・体重測定
- 歯科や眼科の治療が済んだ人は、治療  
9月2日(木) 5・6年生 届のプリントを提出してください。
- 9月3日(金) 3・4年生
- 9月6日(月) 1・2年生

※髪の毛を頭の上で結ばないでくださいね。

※昨年度も実施した生活習慣のチェックカード「生活リズムカード」を9/6(月)～  
9/12(日)で実施します。〇がたくさんつくように、ご家庭でも声をかけてください。

**薬をきちんと飲めていますか？**

**決められた量を飲む**

体つきが大きくても大人と小学生  
では内蔵の働きが異なります。体に  
負担がかかってしまうので、必ず年  
齢にあった用量を守りましょう。

**決められた時間に飲む**

- 食前 食事の1時間～30分前
- 食後 食事のあと30分以内
- 食間 食後2時間後くらい
- 就寝前 就寝する30分くらい前

～保護者の方へ～

お子様が急な病気やアレルギー疾患などにより、病院で飲み薬を処方される場合に  
は、なるべく、学校で服用せずに済むように、1日2回の処方のできるか依頼をする、  
学校での服用が必要な場合は児童自身でできるようご家庭で練習をお願いします。  
医師から処方された薬を**教職員確認のもとで使用しなくてはならない場合は**、担任  
に連絡されたのち、「薬の依頼票」をお渡ししますのでご記入・ご提出をよろしくお  
願いします。

**おねがい**

新型コロナウイルス感染症の蔓延につき、引き続きご家庭での  
**検温・マスク着用・手洗いの徹底**をよろしくおねがいします。  
発熱や倦怠感、喉の違和感などのかぜ症状があり、**普段と体調  
が少しでも異なる場合には、自宅での休養**をすること、**また同居  
のご家族に同様の症状が見られる場合も登校を控えるなど、ご配  
慮いただきますよう**よろしくおねがいします。

**正しい手当てはどっち？**

〈すり傷・切り傷〉

運動場で、ころんじゃった！  
ひざが血と泥でよごれているよ。

A: 傷口を水道水でよく洗い、よごれを落としましょう。

B: 傷口を水道水でよく洗い、よごれを落としましょう。

〈ねんざ・だぼく〉

いたっ！  
足首をぐきっとひねっちゃった。

A: けがしたところを動かさないうちに、安静にし、氷で15～30分冷やしましょう。

B: けがしたところを動かさないうちに、安静にし、氷で15～30分冷やしましょう。

〈やけど〉

あつい！ふっとうしているやかんの蒸気が当たって、手が真っ赤。

A: 水道水の流水を使ってしっかり冷やします。5～30分くらいが目安です。

B: 水道水の流水を使ってしっかり冷やします。5～30分くらいが目安です。