

8/28~  
9/3

## Let's楓元気もりもり☆チェック!

## 元気アップ新聞

元気アップ大作戦を実行して、元気もりもりを目指しましょう。



夏休みの生活はいかがでしたか。生活リズムの変化からケガや体調不良にならないよう気をつけた過ごしましょう。

生活習慣を取りもどすために活躍してくれるのは、セロトニンやメラトニン！

C C C C C C C

夏休みに治療は終わりましたか。8/29現在の歯の治療が終わっている人は、

75

人です。

早めに治療しましょう。

もっとくわしくしりたい時や心配なことがあれば保健室に聞きてくださいね。

年組番

( )

	身長 cm	体重 Kg
4月		
9月		
4月から9月の増減		

一人一人、結果を渡しています。

## 身体測定の結果です



▲はなぢ▼  
少し首を前にたおして、小鼻をおさえて血をとめます。



▲すこぎます▼  
傷口の砂やどろなどのよごれを水であらいます。

## 9月の日は救急の日



▲だまく▼  
安静にして、ぶつけた所を冷やします。



▲やけど▼  
いたみがなくなるまで流水で冷やします。

自分でできる手当てをおぼえておきましょう。