



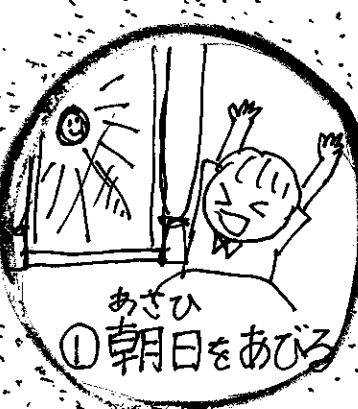
# 2学期も元気にすごそう!!

鴻巣東小(ほけんだより)  
No.8  
R6.8.30  
(金)

40日間の長い夏休みにゆっくりして  
たくさん充電できたかな? 2学期も元気に  
すごせるように、まずは朝の活動をしっかり  
やってみよう!



## ☆朝の活動 できているかな?



あさひ  
①朝日をあひる



②顔をあらう



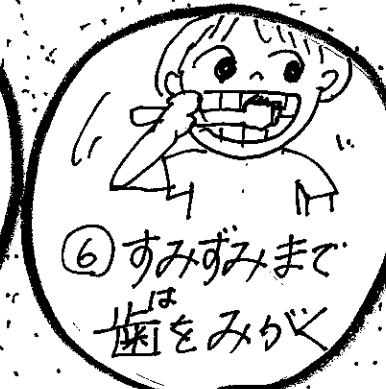
③洋服にきかえる  
みじたくをする



④朝ごはんをよく  
かんで食べる。



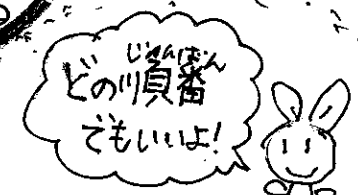
⑤ゆっくりして  
うんちを出す



⑥すみずみまで  
歯をみがく



⑦大きな声で  
あいさつをする



## タイムスケジュールを じぶんで考えよう!!

学校に行く時間から さがのぼって時間をかきこんで、まへの夜にねる時間がわかるね!

学校に行く時間  
7:50-8:00

集合場所へ  
7:

朝の活動 (うんち)  
( ) ぶん  
わかる

朝おきる時間  
:

すいみん  
( ) 時間ひびく!  
小学生: 9~10時間

まへの夜にねる  
:


おうちの人に  
いわれるまへの  
じぶんで考えて  
ねることが  
できるといね!!  
たっぷりねるとつかれもとれやすい

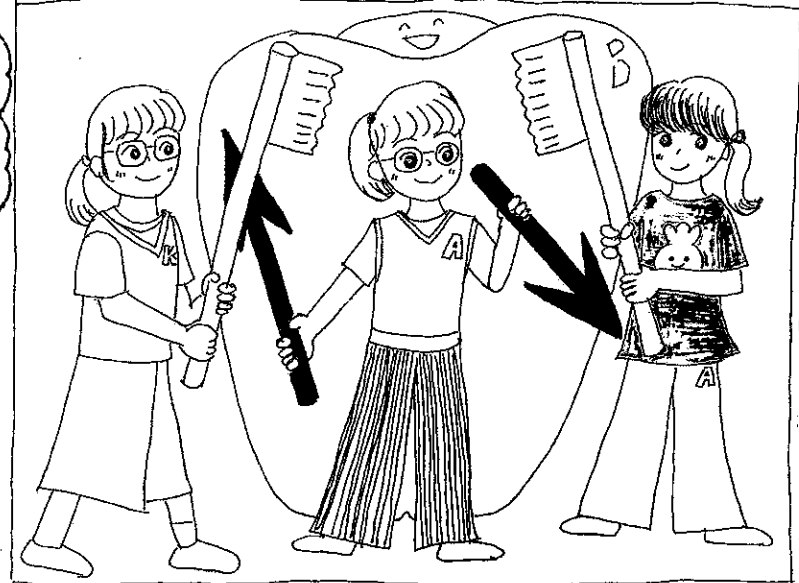
よゆうをもってね!

たっぷりねるとつかれもとれやすい



# げがであて 3つのキホン!

保健室前  
にできることは  
ありますか?  





## まちがいがいさがし

(11このまちがいをさがせ!!)


今回のモデルは3年生。  
保健集会のはみがきマンとむしばマンです。  
夏休みはみがきはキチンとできただかな?  
夏休みはみがきはキチンとできただかな?

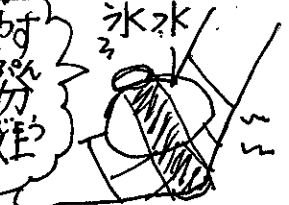
### ① あらう (ポイント きれいに!!)

手でこすって  
よごれをおす  
  
**すりきず**

パチパチ  
  
目はこすると  
キズがつくので  
目にはゴミ  
**目にゴミ**

### ② ひやす (ポイント しっかり!!)

めがす  
20分  
水道水でひやす  
  
**やけど**

氷水  
こまめに  
固定してひやす  
  
**だぼくねば**

### ③ おさえる (ポイント ていねいに!!)

キュッ!  
  
カーゼなどで  
おさえる  
**きりきず**

鼻をキュッと  
おさえる  
下をむいて、口を  
さする  
**はなち**

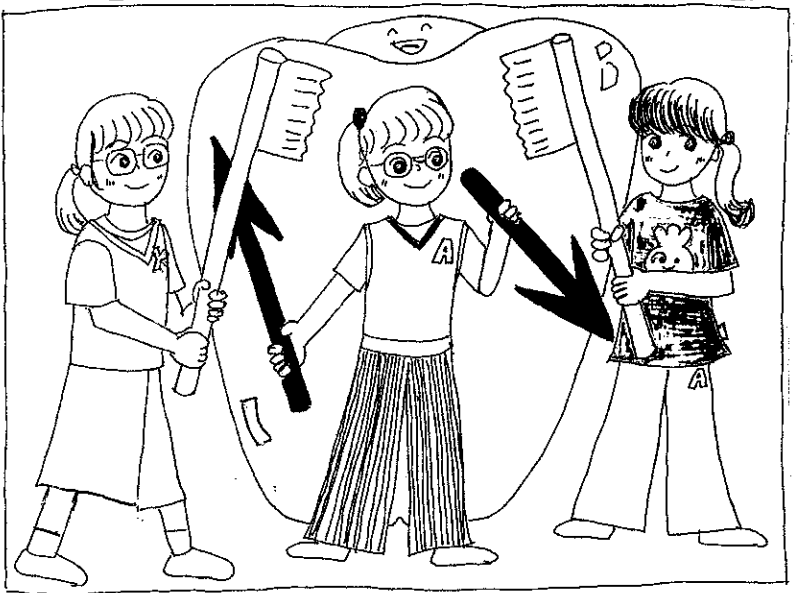
### ★ 発育測定のおしらせ

9月3日(火)  
わかば、1・2・3年

9月4日(水)  
4・5・6年

身長・体重をはかります

体育着を  
ようびょう



おうちの方へ

夏休みが終わりました。子どもたちにとってはあっという間でも、おうちの方にとっては長く感じられ、「早く学校が始まってほしい」と思った方もいたかもしれません。さあ2学期が始まりました。お子さんの生活リズムは学校生活に合わせた時間にリセットできたでしょうか。子どもたちが、体もそして心も学校になじんでいくためには、早寝・早起き・朝ごはんとともに、おうちの方の『プラスの声かけ』が必要です。子どもたちの重い体と心を持ちあげるような、やさしい声かけをお願いします。そうはいても、一人一人個性がありますので、何かご心配な点がありましたら、いつでも学校へご相談ください。

今年も暑かったですね!