



おうちの人も
見てもらってね

令和7年9月2日
上島町立弓削小学校

「天高く、馬肥ゆる秋」という言葉があるように、秋の空は高く感じるそうです。その理由は空気に含まれる水蒸気や塵（ちり）が少なく、雲が高い位置に浮かぶからです。一方で水蒸気が少ない分空気が乾燥するので、風邪をひきやすくなる時期でもあります。空を見上げて秋を感じたら、こまめな水分補給やマスクの着用など、風邪対策を心掛けてみてくださいね。



じぶん おうきゆうてあて
自分でできる応急処置に

チャレンジ!

9月の予定

- 2日(火) 身体計測・視力検査
- 4日(木) 避難訓練(不審者)
- 8日(月) 校内絵画大会
- 11日(木) 運動会係会I
- 16日(火) 運動会予行演習
- 18日(木) 繰替休業日
- 19日(金) 運動会係会II
- 20日(土) 授業日・運動会準備
- 21日(日) 運動会
- 26日(金) 砂浜集会話し合い

すりきず
擦り傷
↓
すいどうすい
水道水で
よく洗う

目にゴミ
↓
みず かお
水に顔を付けて
まばたきをする

やけど
火傷
↓
すいどうすい
水道水で
よく冷やす

ねんざ
↓
うご
動かさないように
して冷やす

ききず
切り傷
↓
せいけつ
清潔なガーゼを
当てて押さえる

はなぢ
鼻血
↓
こばな
小鼻をおさえて
下を向く

つゆび
突き指
↓
こおり
水などで
冷やす



9月1日は「防災の日」です。関東大震災という大きな地震災害が大正12年の9月1日に起こったことや、台風が最も襲来しやすい時期であることが、理由として考えられています。先月には気象庁から「南海トラフ地震臨時情報」が発表され、不安な気持ちになった人もいるのではないのでしょうか。災害がいつ起こるかは誰にもわかりません。もしもの時、自分や周りの人の命や安全を守るために大切なことを学び、準備しておきましょう。



地震の時は頭を守ろう



火事の時は低い姿勢で逃げよう



避難場所を確認しよう



避難訓練をしよう

- 水・食料 (3日分×家族の人数分)
- 防災用ヘルメット・防災頭巾
- 雨具・レインウェア ○ブランケット
- 予備電池・携帯充電器 ○マッチ・ろうそく
- 使い捨てカイロ ○懐中電灯、携帯ラジオ
- 衣類・下着・タオル ○歯ブラシ・歯磨き粉
- マスク・体温計 (感染症対策) ○薬 etc.



非常用持ち出し袋の中身を確認しよう



運動会練習スタート！元気の秘けつ5か条



1. こまめに水分補給をする



2. 夜はしっかり寝て休む

みんなの元気な笑顔が輝く、素敵な運動会にしよう♪

3. サイズの合う靴を履く



4. 爪は短く切る



5. 体調が悪い時は無理をしない

☆つま先やかかと、は、ほどよく隙間がありますか？

