



ひまわり 9月



令和8年9月発行
横須賀小学校 保健室



どんな夏休みを過ごしていましたか。体も心も大きく成長をしましたか。まだまだ暑い日が続きます。「早寝・早起き・朝ごはん」で2学期も元気に過ごしましょう。

9月 身体測定の予定

		9/1(火) しぎょうしき 始業式	9/2(水)	9/3(木)	9/4(金)
1限			5-2	6-1	6-2
2限			ふたば 12678	3-1	5-3
3限			5-1	3-2	5-4
4限				3-3	
	9/7(月)	9/8(火)	9/9(水)	9/10(木)	9/11(金)
1限	4-1	2-3	6-3	6-4	1-2
2限	4-3	2-2	ふたば 345		1-1
3限	4-4	2-1			1-3
4限	4-2				1-4

体操服で測定します。体操服を忘れずに持ってきてましょう。



まだまだ注意！熱中症

熱中症をふせぐために

できているか ✓ をして確認をしてみよう

- ☐ こまめに水分をとる
- ☐ ぼうしをかぶる
- ☐ 日かげで休けいをする
- ☐ しっかり寝る
- ☐ 朝ごはんを食べる



こんなときは、大人に知らせよう

頭がいたい
気持ちがわるい
めまいがする
いつもとちがうなと感じたとき

が っ に ち きゅうきゅう ひ
9月9日 「救急の日」～

