

# ほけんだより



郡山市立小原田小学校 9月臨時号 令和7年9月5日

ねっちゅうしょう き

## ☀️ まだまだ熱中症に気をつけよう ☀️

9月に入っても、まだ暑い日が続きます。登下校中の熱中症予防や事故防止のため子どもたちに以下の点を指導しておりますので、保護者の方のご協力をお願いします。

とうげこうちゅう ぼうし ちゃくよう  
登下校中の帽子の着用



すいどう じさん  
水筒の持参



転倒時の事故防止のため、  
手さげバックなどに入れ  
るとよいです。

とうげこうちゅう ばし  
登下校中は走らない！



転倒して水筒などでおなか  
を打つ危険があります。

かん せん しょう

ちゅうい

## コロナ感染症に注意！

2学期に入り、郡山市内で徐々にコロナ感染症に感染する子どもが増えています。本校ではまだ感染者はいませんが、市内で流行しはじめた様子ですので、できる範囲での予防を心がけ、具合の悪い場合は早めに受診するようにお願いします。

～ 小原田小学校 感染症予防の約束 ～

- ① 早寝早起き朝ごはん
- ② せっけんでの手洗い、うがい（ハンカチティッシュを身に付ける）
- ③ 状況に応じてマスクを着用する（目・鼻・口を触らない）
- ④ 換気（と加湿）



せいかつ ととの 生活を整えて、病気に  
かかりにくい体を作ろう！

小原田小学校 生活習慣の目標



- ① 何も無い日は、1、2年生は夜9時、3、4年生は夜9時半、5、6年生は夜10時までには寝よう。
- ② 朝は6時半までに起きよう。
- ③ ゲーム、スマホ、動画視聴、インターネット利用などは、おうちの人と時間を決めて使おう。（1日1時間までが理想。）また、寝る2時間前からはゲーム、スマホ、パソコンを使わないようにしよう。