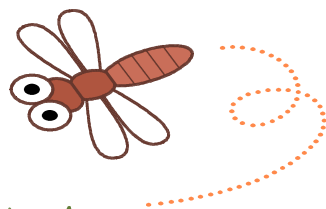




保健だより



福島県立いわき養護学校くぼた校 保健室

9月 安全な生活を心がけよう



宿泊活動で学んできました。

9月10日(木) 11日(金) いわき海浜自然の家



台風と低気圧のため、各地で大荒れの天気の日でしたが、四倉は比較的雨も大降りにならないですみました。野外炊飯では、きちんと火をおこし薪でご飯を炊いて、カレーを作りました。家庭科で実習済みなので上手にカレーの具を切って、炒め、とろとろ煮こんでできあがりです。ご飯は、ちょっとおこげがある美味しい



ご飯が炊けました。火傷や切り傷もなく協力してできたことは素晴らしいです。

また、2日間体調も良く、元気に頑張りました。1週間前からの体調管理、検温等で保護者の方にはお世話になりました。おかげで元気な笑顔をおみやげにすることができ、ほっとしています。これからの現場実習などにもこの力を生かしてください。(HPもみてください。)



安全クイズ

()の中の正しいことばを選んだり考えたりしましょう。



- 1 運動をするときは、(準備、整理)体操をしてから始めます。ストレッチ運動なども一緒にやるとけがも少ないです。
- 2 運動するときは、(スリッパ、運動くつ)をはいて運動します。
- 3 夕方は、できるだけ目立つ色(黒色、黄色)の服を着たり、ワンポイントにすると車からよく見えるので危険防止になります。
- 4 知らない人に道を聞かれました。あなたならどうしますか？
おうちの人と確認してみましょう。

イカのおすし



* 毎日の生活の中で、けがをしないように丈夫な体作りをしたり、防犯意識を高めたりすることで安全な生活をおくることができます。

⋮