

げんきいっぱい

なつやすみ
とくべつこう
特別号

令和7年7月17日
ほけんしつ No. 6
おうちのひととよんでね

いよいよみなさんが楽しみにしていた夏休みがはじまります！今年は8月31日までの4日間という長い夏休みです。みなさんはどんな計画を立てていますか？生活目標を決め、規則正しい生活で有意義な夏休みをすごしてください。日ごろできないことにチャレンジしてみるのもいいですね。9月1日に元気いっぱいの笑顔で登校しましょう！



◆保健室からの宿題◆

①なつやすみ＊はみがきカレンダー

【9/1に持ってきましょう！】

②歯科・眼科・整形外科などの治療

【治療報告書を持ってきましょう！】



～ 夏休み明けの保健行事 ～

2学期がはじまってすぐ、発育測定があります。

9/2(火) 1・2・3年

9/3(水) 4・5・6年



＊体育着(半そで・ハーフパンツ)を

わすれずに着てきてください。

＊女子は、かみ型にも注意してください。

(頭の前髪や後ろ髪を揃えない)

もうすぐ夏休み！

けんこうな生活のために



休み中も早ね・
早起きをつづける

3度の食事をしっかり、
おやつはひかえめ



冷たいものの
とりすぎに注意

汗をかいたら
こまめにふく・着がえる



クーラーのきいた部屋に
こもらない

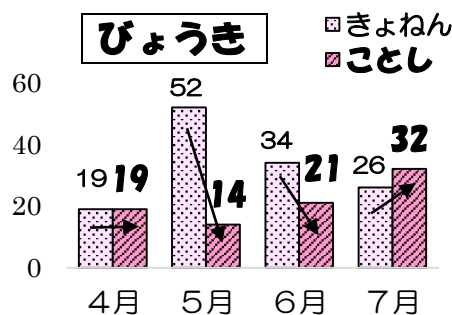
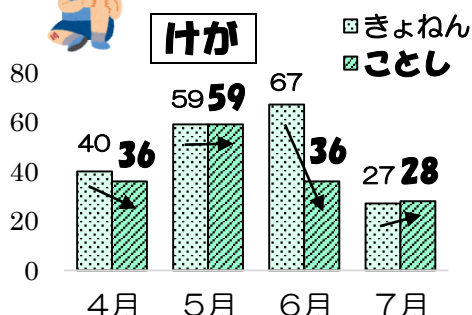
おてつだいや運動で
からだを動かす



長い夏休みは生活を見つめなおすチャンスですよ！



◆1学期の保健室のようす◆ (7/16まで)



けがは、5月が一番多かったです。

びょうきは、7月に多かったことがわかりました。

きよねんとくらべるとことしは全体的に来室がすくなくなりました。