

ほけんだより 7月

令和6年7月19(金)
ほけんだより No.5
力合西小学校 保健室

いよいよ待ちに待った夏休みです!
暑い夏を元気で過ごすために、いつも
学校があるときの生活リズムをくずさない
ようにしてくださいね。
夏休み明けに、みんな元気な顔で会
いましょう!

夏休み、計画的に!



生活リズムを
ととのえる
第一歩は早起
きから。ねむ
くてもがんばっ
て起きよう!



遊びに行くときは、時間を守
って安全な行動をしよう!

やりたい放題で
はありません。お
うちの人としか
りルールを決め
て、守りましょう!



外に行くときは、
ぼうし、水分補給を!

時間を決めよう
スマホやゲームの



次の日も元気で楽しくすご
せるように、1, 2, 3年生は
9時、4, 5, 6年生は10時ま
でにふとんにはいりましょう。



がっ き おも て
1学期の思い出

6月に「はみがきカレンダー」に
挑戦してもらいました。その結果、
クラス全員がカレンダーを提出で
きたクラスに保健委員会から
表彰状を渡しました!



転んでけがをしたり、泥だらけになったりして保健室
に来る1、2年生。けが人であふれる保健室では、保健
委員会の子たちや5、6年生の人たちが、泥よごれを
洗うのを手伝ったり、けがの手当てをしたり、みんなで
優しくしてくれました!!

【おうちの方へ】

1学期は、お忙しい中、早めのお迎えやけがの病院受診など、ご協力いただきありがとうございました。感染症や熱中症などに気を付けながら、子どもさんと楽しい夏休みをおすごしください。

また、かかりつけ医で定期検査が必要な場合、むし歯など病院で治療が必要な場合は、この夏休みにぜひ受診をお願いします。

健康診断で
心配なところが
見つかった人へ

じゅ しん ち りょう
受診・治療はOK?

健康診断で受診のおすすめをもらったのに

まだ受診していない

治療が途中になっている



なつ やす ち りょう
夏休みは治療のチャンス!



はや じゅしん きも やす あ むか
早めに受診して、スッキリした気持ちで休み明けを迎えましょう。