

ほけんだよりの7月

平成 22 年 7 月 22 日
南部小学校 保健室

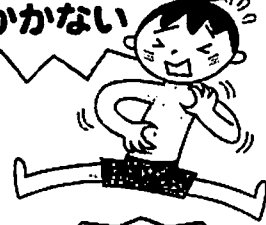
さあ、いよいよまちにまった夏休みです。楽しい計画がたくさんあると思いますが、まずは「けんこう第一」です。夏バテしないで、元気いっぱい夏休みをすごすために、次のことに気をつけましょう。

夏休みは虫歯に注意

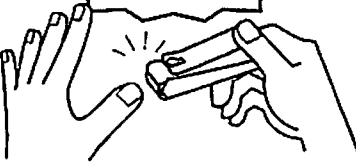
夏休み、むし歯がふえるそうです。生活のみだれ、そしてアイスなどをたくさん食べるからです。休みでも、朝昼夜の歯みがきをしっかりとやりましょう。あまのおやつも食べすぎないようにしよう。



あせもなどをかかない



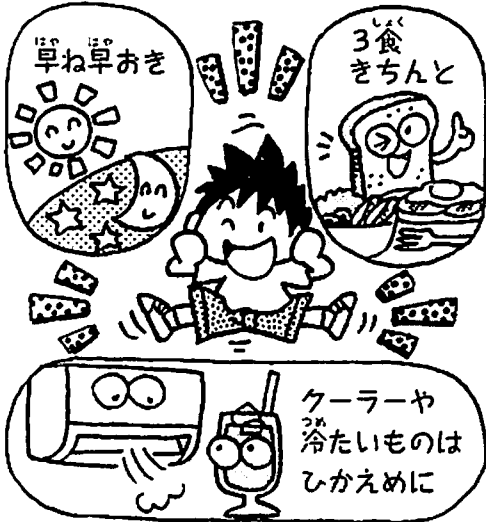
つめを切る



手をよく洗う



夏休みも健康に!



こまめに水分をとろう



熱中症をふせぐには!



「わたしのからだ」をごらんください

～23日(金) 通知表と一緒に配付いたします～

1学期に行いました健康診断や身体計測の結果を記入しました。お子さんといっしょにごらんいただき、どのくらい成長しているか、また検診や検査の結果をみてください。

また、「治療のすすめ」のプリントをもらっていて、まだ受診をしていない人は、この夏休みを利用して必ず検査や治療を受けるようにお願いします。

「わたしのからだ」は、表紙の押印の欄に押印して、2学期の始業式の日提出してください。

夏休みは治療のチャンス!

陸上や水泳練習でいそがしかった6年生も、この休みに治療をすませましょう。 予防接種も忘れずに! (6年生)

まちがいさがし

7つのまちがいをさがそう！



こたえは一番下をみてね

チャレンジ



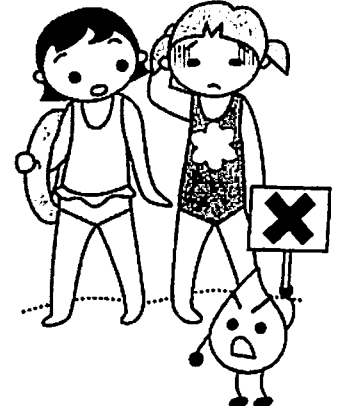
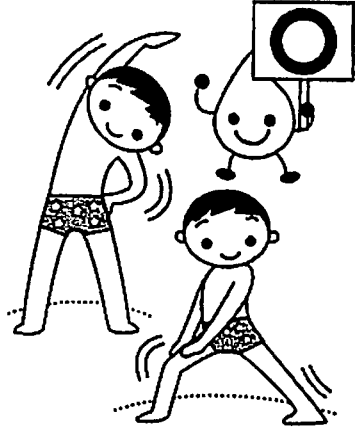
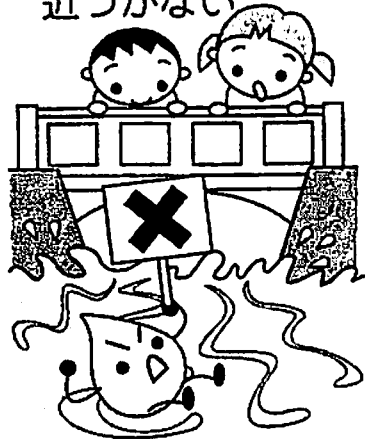
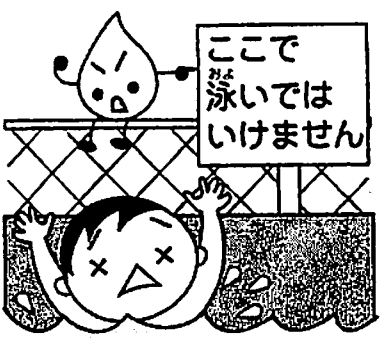
海や川など 水の事故をふせぐために

禁止されている場所ではおよがない

水かさが増えている時は近づかない

およぐ前には準備運動をしっかりとる

体調がわるい時はおよぐのをやめる



まちがいさがしのこたえ

●女の子のサンダル→スリッパ (左側) / 海の家のおれん / 奥のホテルの形 / 灯台 / パラソルの柄 (真ん中あたり) / イルカの浮き輪→バナナ / 体操している女の子のゴーグル