

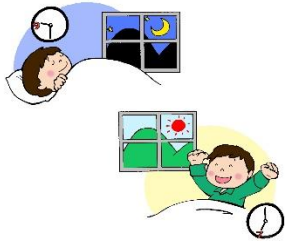


ほけんだより 夏休み号



つづ 続けよう！規則正しい生活習慣！

さあ、夏休みが始まります。お休みが続きますが、学校がある時と同じように規則正しい生活を続けてください。



学校がある日と同じように
早ね早起きをしましょう。

食べた後には、歯みがき
しましょう。

いつもの時間に
トイレへ！

熱中症に気を付けて
運動しましょう。

こんな日は熱中症に注意！



急に暑くなった



気温が高い



湿度が高い



風がない

熱中症は、予防することができます！

その日の体調や、気温を
考えて、こまめに水分や休
けいを取りながらすごしまし
よう。

治療のチャンスです！

健康診断が全て終わりました。自分の体について知るチャンスです。結果を確認してくださいね。

- ◆身長、体重、視力…全員にほけんだより(健康診断号)でお知らせしています。
- ◆聴力、内科検診、検尿、心臓検診(1.4年生のみ)…治療やくわしい検査が必要な人にお知らせしています。
- ◆歯科検診…全員にお知らせしています。○印がついている所を確認してください。

※検診の結果等についてご不明な点がありましたら保健室までご連絡ください。

すでに治療やくわしい検査が終わった人もいますが、まだ終わっていない人は、時間によゆうがある夏休みがチャンスです！安心して元気に過ごせるよう早めに治療をすませましょう。

