

ほけんだより

なつやす
夏休み号

養護教諭
下西 美保

いよいよ、なつやす 夏休みです^~ こころとからだの健康、事故や災害に気をつけて、すごしてくださいね！
2学期に、えがおで、みんなに会えることを、楽しみにしています。



これをすれば、なつやす 夏休みがうまくいく！ はやね・はやおき・あさごはん

- 夏休み中も、学校があるときと、おなじ時間に起きましょう。
- あさごはんを必ず食べましょう。自分で作るのもいいですね。
- 午前中、気温が高くなる前に、勉強や運動をすることがおすすめです。
- **生活リズムをこわすモンスターと戦おう！！**
モンスターに負けないように、過ごしましょう。8/20~27は モンスターとの戦いの記録をします。
- デジタルメディアとかしこく付き合おう。
依存度チェックをして、自分の付き合い方をふり返り、これからの付き合い方を考えよう。



これをすれば、がつき 2学期がうまくいく！… ちりょう

健康診断の結果、治療の必要があるというお知らせをもらった人は、必ず病院を受診してください。また、かかりつけの歯科医院に、歯の定期検診や歯のクリーニングに行くのもおすすめです。



これをすれば、じんせい 人生がうまくいく！… おてつだい・す 好きなものさがし

- なつやす 夏休みは、ふだんはできないことにチャレンジしよう！
- おてつだいは、家族に感謝を伝えるチャンスです。
- おてつだいで、生きていく力を高められます。
- 好きなことは、自分の大きな力になります。デジタルメディア以外で、夢中になれるのことを、いくつ、みつけらるでしょうか。



なつやす 夏休み中、心配なこと気になることがありましたら、
がっこう 学校へご連絡、ご相談ください。



滝尾小学校

がっこう し きかん
学校が閉まっている期間

096-282-0703

土・日と8月13日(水)~15日(金)

【子どもの SOS相談窓口】文部科学省 HP

でんわ
電話や SNS をつかって
せんもんか そうだん
専門家に相談することができます。



※ 小学生の福祉犯罪被害が増えています 注意

くまもとけん 熊本県にて福祉犯罪(子どもの心身に有害な影響を与える犯罪)の被害にあう小学生が増加しています。
たき おしよう 滝尾小では、ゲームや SNS で知らないひとから連絡がきた児童もいるようです。自分の画像を渡したり、
し ひと が ざつたい あ 知らない人とは、絶対に会わないようにしてください。