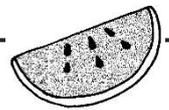


ほけんだより 7月



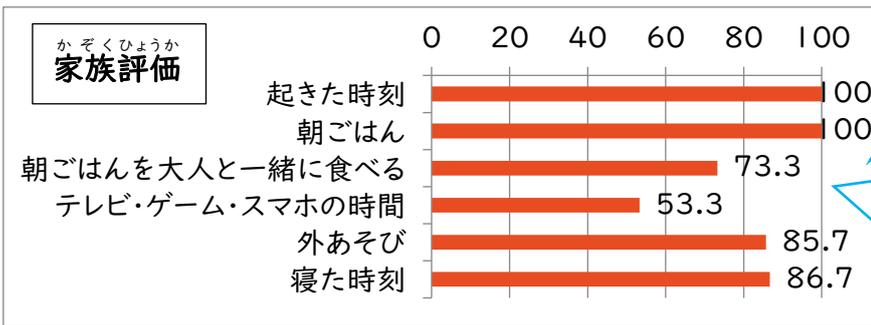
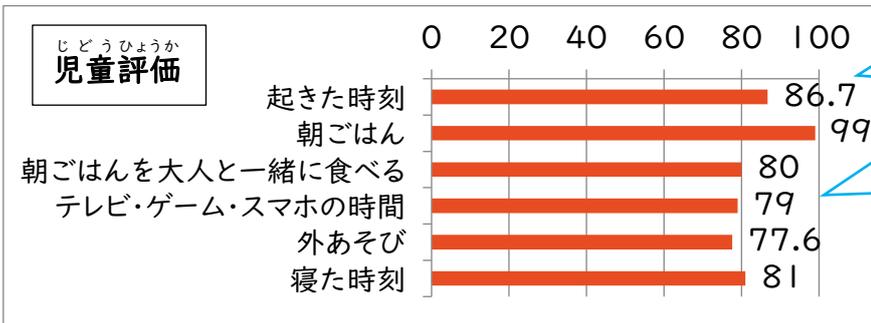
令和6年7月19日
夏休み号 保健室

いよいよ夏休みが始まりますね。いろいろな計画を立てて夏休みを楽しみにしてる人が多いと思います。健康で安全に、楽しい夏休みを過ごしてください。

9月2日の始業式には、元気いっぱいみなさんに会えることを楽しみにしています。

なつやす ただ せいかつしゅうかん す 夏休みも正しい生活習慣で過ごそう!

～1学期家庭生活振り返り週間の結果から～



いつもできない7時までに起きるができたから良かった。

スマホを全く見ない日というのはなかったけど決まった時間(2時間)を守り、意識しながら取り組めた。

自分の苦手なことにも取り組めた。時間をみて動く良い機会になった。

ゲームやスマホの時間が多くなって外で体を動かすことが少ない。休日はなるべく外で遊ぶようにしてほしい。



はや はやお
早ね早起きをして
リズムのある生活を!



クーラーのあたりすぎ、
冷たいものの食べすぎに注意!

テレビやゲームの時間
に気をつけよう!



朝食は脳と体の
目覚まし時計!
毎日しっかりとろう!



外に出るときは、
ぼうしや水とうを
持っていこう!

ちゃくいえい おこな 着衣泳を行いました！

みずべ じこ き 水辺の事故に気をつけよう！



ちゃくいえい ちゃくいじょうたい いのち まも こうどう がくしゅう
着衣泳では、着衣状態での命を守る行動を学習しました。

まいとし きせつ みず じこ にゅーす み き おお なつやす がっこう じゅう
毎年この季節になると、水の事故のニュースを見聞きすることが多くなります。夏休みには、みなさんも、学校の自由
ぶーる ひと うみ かわ い おも こ こうどう
プールやおうちの人と海、川などに行くことがあると思います。子どもだけで行動することがないよう、おうちの人とよく
はなし こうどう およ とくい ひと みず な ばあい みず ちか みず なか
話をし、行動するようにしてください。泳ぎが得意な人や、水に慣れている場合でも、水の近くや、水の中には、たぐさ
きけん あたま い
んの危険があるということを頭に入れておきましょう。



う もの ちか
浮く物が近くにあれば
つかまってみよう！

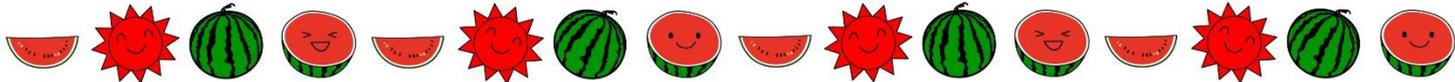


からだ ちから
体の力をぬいて
すいめん かお だ こきゅう
水面に顔を出して呼吸！



ていがくねん こつ
低学年もコツをつかむと
う
浮くことができました！

うみ ぶーる わっちゅうしょう ちゅうい
海やプールでも熱中症に注意！



夏休みは 治療のチャンス

健康診断で見つかった異常は、この機会にしっかり治してしまいましょう。



お家の方へ

1学期に行った健康診断の結果、治療を必要とする児童には結果を配付しました(歯科検診は全児童に配布しています)。既に治療済みの報告がたくさん届いております。早期の受診ありがとうございます。治療がまだの児童は、ぜひこの夏休みを利用して受診をお願いします。