

～保健室からの5つのお願い～

もうすぐ楽しみにしていた夏休みですね。家族や友だちとの楽しい予定がたくさんあるのではないのでしょうか？ 充実した夏休みにするためには、健康・安全が大切です！ 長いお休みの間、自分で健康と安全には十分気をつけて、元気に2学期に会いましょう！ みんなからの楽しい思い出話を聞かせてもらえるのをわくわくして待っていますよー😊

なんでもチャレンジしてみよう！

せっかくの長いお休みです！ なかなか時間がとれなくてできなかったことなどはありませんか？ 長い物語の本を読んだり、料理を作ってみたり、なわとびや水泳のできなかった技の練習をしてみたり…。何か1つでもぜひチャレンジしてみてください☆



4月からはじめたせいけつしらの花だんですが、1学期でこんなに花がさきました。全員がパーフェクトにできた回数が1番多く、たくさんの花をさかせることができた学年は…
3年生でした！（7/6時点）
みんなで声をかけ合い、身だしなみをととのえて、気持ちよく生活ができるといいですね！
2学期もがんばりましょうー☆

つかれをとるためにしっかりすいみんをとろう！

暑い季節はふだんの生活をしているだけでもつかれますよね。そこにすいみん不足が重なると、熱中症や夏バテなどの体調不良につながります。休みの間でも生活リズムをくずさないように、早ね早おきを心がけましょう！

やりすぎ注意！メディアはひかえめに…

休みの日だからといってついついゲームやYouTubeばかりにならないように、メディアの時間を決めましょう。夜9時以降はメディアを使わない、使用時間は1日1時間以内にする、など、お家の人ともう一度メディアのルールを確認しましょう！

すませておこう！病院受診！

健康診断の結果、病院を受診したほうがよい人には用紙を配っています。夏休みは病院受診のチャンスです。お家の人と行くタイミングを相談して、早めに検査を受けたり、治りようをしたりしましょう。

みんなで元気に会いましょう！

長いお休みの間、みんなに大きな病気やケガがなく、2学期も元気に学校にすることが先生からの1番のお願いです。熱中症、水にかかわる事故、交通事故など健康・安全には注意して楽しい夏休みをすごしてくださいね！

7つのまちがいがあるよーさがしてみねー！
まちがいがいさがないをしようー！



ほけんしつ 保健室からの5つのお願いを守って
の楽しいなつやすみをすごしてくださいね！