

ほけんたより 7月

イラスト引用元：「健」2024年7月号

「健康教室」2024年7月号

No.8

2024/7/18

池田小学校 保健室

いよいよ夏休みがはじまりますね！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？◎ せっかくの長い夏休みに、けがや病気にかかってなんにもできなかった、なんてことがないように、生活リズムをととのえたり、交通安全に気をつけたり、自分でできることを気をつけましょう！またみんなの思い出話を聞かせてくださいね♪



ゴーストバスターズ!

夏の学校に
←たら妖怪たちが現れて
学校みんなが
←たらになっちゃった!
それぞれの妖怪に合った
正しい生活攻撃で
退治しよう!

←たら妖怪をやっつける

正しい生活攻撃はどれかな
選んだ攻撃の数字を□に書いてね

- 1 ゲームは時間を決める
- 2 早寝
- 3 お手伝いをする
- 4 早起き
- 5 外で遊ぶ
- 6 朝ごはんを食べる
- 7 手を洗う
- 8 病院に行く

夜ふか死神
夜ふかしばかりしている死神

とりつかれると...

夜ふかして寝不足になり
授業中に寝てしまう **A**

朝寝ぼ牛鬼
朝寝坊する牛鬼

とりつかれると...

朝起きられなくなって
学校に遅刻する **B**

朝ごはんぬキジムナー
朝ごはんを食べないキジムナー

とりつかれると...

朝ごはんを食べなくなって
力が出ない **C**

手を洗わな一本だたら
絶対に手を洗わない一本だたら

とりつかれると...

手を洗わなくなって
病気になりやすくなる **D**

お手伝いしな一反木綿
お手伝いを一切しない一反木綿

とりつかれると...

全くお手伝いをしなくなり
おうちの人に怒られる **E**

病気放ちょうちんおばけ
病気でても病院に行かないちょうちんおばけ

とりつかれると...

病院に行かなくなり
ケガや病気が悪化する **F**

ごろごろくろ首
一日中ごろごろしているろくろ首

とりつかれると...

毎日ごろごろしてしまい
体力が落ちる **G**

ずっとゲーむじな
一日中ゲームをしているムジナ

とりつかれると...

ゲームをやめられなく
なって目が悪くなる **H**

みんなのほけんたより「←たらようかい」がないかな？

中村先生の「一番近いほけんたより」は「←たらようかい」は「JUNJUNの音」です…。お休みの間に「←たらようかい」のほけんたよりをさがしてね！

←たらようかいのほけんたよりをさがしてね！

せいけつしらべ のほしぞら



4月からはじめたせいけつしらべの星空の1学期末の様子です！たくさん星がふえてきました☆
その中でも一番多く星をかがやかせたのは…

5年生 でした！！

これからも、もちものや身だしなみをととのえ、気持ちのよい生活ができるといいなと願います。
2学期もつづけていきましょう！

1学期せいけつしらべパーフェクト達成者は6人いました★

これからもつづけていってください！そしてみんなのお手本になってね！

～ 保護者の方へ ～

夏休み中はつつい生活リズムが崩れがちです。メディアのルールを守って使用できているか、十分な睡眠時間がとれているか等、子どもたちが規則正しい生活を続けることができるようにお声かけをお願いいたします。休み中に何か気になることがありましたら、登校日に配布する生活チェックカードの【夏休み中の病気やけがについて】にご記入ください。よろしくお願いいたします。

また、年度始めの定期健康診断の結果、治療指示書をお渡しさせていただいている場合は、ぜひこの夏休みを利用して受診、治療をお願いいたします。受診後は用紙を学校までご提出ください。

なつやす ただ せいかつ ころ 夏休みもきそく正しい生活を心がけよう！

8月28日の登校日に生活チェックカード（8/28～9/1）を配ります！
お休みモードから学校モードに切りかえるためにも
生活チェックカードを活用して、きそく正しい生活をいしきましょう♪

せつかくの長い夏休み
どんなことを
がんばろうかな～？
何か1つでもくひょう
をきめてやってみよう！

夏休みの目標

.....

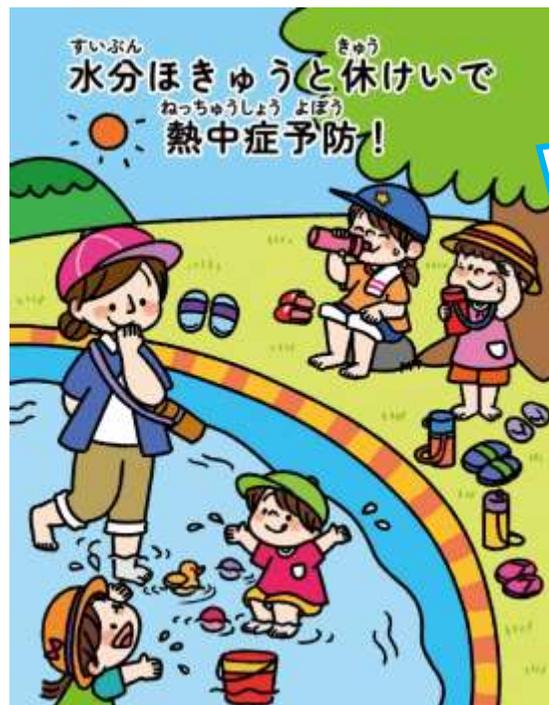
.....

.....

.....



しぎょうしき ひ ていしゅつ
→始業式の日(9/2)に提出しましょう！



7つのまちがいがあるよ！さがしてみね！
まちがいがいさがしをしよう！