

ほけんだより



野向小学校
保健室
R2.8月号

ほけんしつ なつやす 保健室から、夏休みのしゅくだいです

なつやす ちゅう ち
夏休み中に、治りょうを
すませてください。



しりよくけんさ し けんしん など「じゅしん受診のおす
すめ」を受け取った人は、う と ひと じかん時間によゆうのあ
る夏休み中に治りょうをすませるようにしま
しょう。じゅしん受診をしたら、ほうこくしょ報告書を学校に提出
するのわすも忘れずに！

せいかつ
生活リズムをくずさないように
してください。



せいかつ
生活リズムがみだれがちな夏休みです
が、はや はや あさ早ね・早おき・朝ごはんをしっかりとこころ心が
けましょう。せいかつ生活リズムは一度くずれてし
まうと元にもどすのが大変です。また、暑
いからといって冷たいものつめのとりすぎにも
き気をつけましょう。

びょうき ねっちゅうしょう き
病気やけが、熱中症に気をつけて
げんき す
元気に過ごしてください。



なつやす そと で おお おも
夏休み中、外に出かけることも多いと思
いますが、てあら手洗い・マスクをしっかりとしまし
ょう。まいあさ けんこうかんさつひょう毎朝、健康観察表をつけることをわす忘れ
ずに！また、ぼうしをかぶる・こまめに水分
をとって、ねっちゅうしょう ぶせ熱中症を防ぎましょう。

やす こころ からだ
しっかり休んで、心も体も
リフレッシュしてください。



がっこうさいかい がつ
学校再開から8月まで、今までとはちが
う形の学校生活をおくり、みなさんとて
もつかれたと思います。なつやす夏休みはしっかりと
やす こころ からだ休んで心と体のつかれをじゅうぶん十分とりま
しょう。がんばがんばった自分を少しだけ甘やか
してあげてくださいね。

がつ か げんき あ たの
8月24日、元気なみなさんに会えるのを楽しみにしています😊



しかけんしん お 歯科検診が終わりました

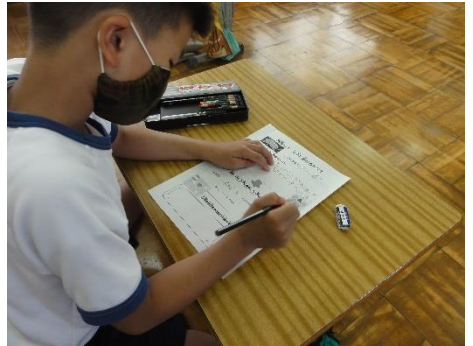


先週、歯科検診がありました。学校歯科医の石畝先生から、「例年になく歯がきれいな子が多い」というお言葉をいただきました。休校中もしっかりお家ではみがきをしたり、給食後のみがきや、月に1回のはみがきチャレンジをがんばっている成果だと思います。昨年度、むし歯治療率が100%だったということもあると思います。また、昨年度はむし歯のある児童は13人でしたが、今年は7人と減りました。むし歯のある人は治療をして、今年度もむし歯治療率100%をめざしましょう。



げんきいいんかい 元気委員会による「睡眠バスの旅」たび たび がっこうけんいんかいいんかい 学校保健委員会

元気委員会は、3ヶ月の休校期間で「早寝・早起き」が野向小の問題になっていると考え、睡眠の大切さについて発表しました。また、学校医の武藤先生に睡眠について質問をし、新聞を作り、掲示しました。保護者代表として、PTA会長の浅井さんからもコメントをいただきました。今年は夏休みが2週間と短いですが、みなさん毎日睡眠バスに乗りおくれないようにしましょう。



8月24日(月)の もちもの

- 健康観察表（夏休みも毎朝します）
- けんこうなからだ(おうちの人から印をもらおう)
- 睡眠ふりかえりカード
- はみがきカレンダー、はみがきチャレンジ
- はみがきセット 白衣

