

ほけんだより 7月

令和6年7月8日 行永分校・保健室 No.4・院内用

あっという間に1学期もあと少しです。みんなで元気に1学期をしめくくりましょう。

7月のけんこうもくひょう 「夏を元気にすごそう！」

きほんは3食+えいようバランス



水分ほきゅうはお水かお茶で



部屋の中にも暑くてつかれがたまりやすい季節です。食欲がないときも、「食べられそうだな」と思うものをしっかり食べましょう。気がつかない間にのどがかわいていることもあります。休み時間にはしっかり水分ほきゅうをして、元気にすごしましょう。



げんきだま
元気玉2024



健康診断の取り組み「元気玉2024」がおわりました。5つある検診と心電図検査（1年生のみ）で、お医者さんから1つつ元気玉をもらいました。そしてみんなが集めた「元気玉」を合わせて、大きな元気玉ができあがりました。健康診断のやり方をしっかり学習して、ドキドキすることもがんばって、健康診断を受けることができました。みんなのがんばりに大きな拍手を送ります！これからもじぶんの元気ののためにがんばろうね。

保護者の方へ

元気玉2024の動画を作成しました。担任にお声かけください。
みんなのがんばりをぜひご覧ください。

