

ほけんだより7月

令和7年7月18日 行永分校・保健室

いよいよ夏休みですね。夏休みは体をゆっくり休めたり、友だちと楽しく過ごしたりして元気に過ごしましょう。

7月・8月のけんこうもくひょう 「夏を元気にすごそう！」

基本は無理をしないこと！

熱中症予防のための日頃からの心がけ



規則正しい生活で体調を整える 喉が渇く前にこまめに水分をとる 運動するときはこまめに休憩をとる

げんきだま 元気玉2025

健康診断でお医者さんから1つずつ元気玉をもらい、そ



の元気玉を合わせて、大きな元気玉ができました。一つ

一つの検診の練習をして、苦手なこともがんばって、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！これからもじぶんとみんなの元気のために

がんばろうね。(元気玉は西校舎廊下に掲示しています。)



保護者のみなさんへ

1学期の健康診断の結果を「からだのきろく」にまとめました。

むし歯など受診が必要な場合は夏休み中に受診されることをお勧めします。受診する場合は療育センターにご相談ください。