

ほけんだより7月

令和7年7月18日 行永分校・保健室

げんきだま 元気玉2025

けんこうしんだん いしや げんきだま
健康診断でお医者さんから1つずつ元気玉をもらい、そ



げんきだま あ おお げんきだま
の元気玉を合わせて、大きな元気玉ができあがりました。一つ一つ

けんしん じぜんがくしゅう にがて けんこうしんだん う
の検診の事前学習をして、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おお はくしゅ おく
大きな拍手を送りま

す！これからもじぶんとみんなのげんき
元気のためにがんばろうね。

なつやす げんき す
夏休みを元気に過ごすために・・・♡

にち ど
1日三度のはみがき、がんばろう！



はやねはやおきをつづけよう！



あさ のう たい せつ
朝ごはんはからだと脳に大切！



あさ のう
朝は脳もおなかもペコペコです。脳のエネルギーのもとの「ぶ

どう糖」をほきゆうするためにも、あさ
朝ごはんをしっかり食べるよ

うにしましょう。からだ た とき む り
体がしんどくて食べられない時は無理しないで、食べられる時に食べようね。

せいかつ からだ
生活のリズムがくずれると体がしんどくなってしまいます。「はやねはやおき・朝ごはん

を た
食べる・はみがきをする」をつづけて、げんき がつき
元気に2学期をむかえましょう。