

ほけんだより



令和元年 7月 3日
吉川市立旭小学校
保健室



いよいよ、楽しみにしている夏休みがやってきます。みなさん、1学期間よく頑張りました。夏休みは、ポーッと過ごしていると、あっという間に終わってしまいます。どう過ごせば良いのかしっかり考え、充実した夏休みを過ごしてください。

夏休みも規則正しい生活

迷路があるよ(^^♪

みんなに配られるものを、見てみてね！

9月になると、すぐ運動会の練習があります。外は暑いですが！

夏休みの生活を考えないと、夏バテでダウン。

なんてことがないように、しっかり規則正しい生活をしましょう。

夏バテしやすい人は、こんな人

- 冷たいものばかりを食べている → 栄養バランスの悪いものを食べている
 - のどが乾いたら、スポーツドリンクばかりを飲む(むし歯も心配です) → 夜更かしばかりする
 - 冷房の効いた部屋で、ゴロゴロ・ダラダラ(涼しくなったら外で運動しよう。)
- 夏休み中に、1度振りかえてみるのも大切ですね。

7月の来室者数 けが： 33人 病気： 13人 この集計は、毎日保健委員さんががんばってくれています(^^) / **今月は裏に保健委員さんから保健だよりがあります。みてね！**

あさひしょう 旭小へ行こうよ♪

PC室の前に、掲示物を作りました。学年ごとにキャラクターがいます。むし歯を治すと、吉川駅から少しずつ旭小へ進めます。1番最初に学校へ到着するのは、何年生かな？ **夏休みは、むし歯を治すチャンス！！** 治療が必要な人には、再度「治療のお知らせ」を渡します。治療が終了したらその用紙をお医者さんに記入してもらい、学校へ提出してください。

むし歯は自然には治りません

学年	まだむし歯を治していない人の数	学年	まだむし歯を治していない人の数
1年	6人	4年	6人
2年	8人	5年	7人
3年	3人	6年	4人
なかよし	4人	7月1日現在	
旭小むしば0まであと 38人			

～保護者様お知らせ～

- 17日に、「健康診断の記録」をお返しします。今年度のお子様の結果をご確認いただき、ご家庭で保存してください。(昨年度と用紙が変わっています)
注1：結果は受診時のものです。その後、治療をされていても、その旨記載はありません。ご了承ください。
注2：空欄は、受診していない項目です。(学年によって違います)
- 今年度より教室に冷房が入っております。寒暖の感じ方はそれぞれ違います。長袖の上着を持たせていただくと幸いです。よろしくお願ひします。