



2022.7.19 常磐東小学校保健室

1学期は、49人全員が登校できた日も多くあり、うれしかったです。いよいよ夏休みが始まります。長い間、学校はお休みになりますが、規則正しい生活を心がけて、充実した夏休みを過ごせるといいですね。



7、8月の保健目標 「夏を元気に過ごそう」

げんきに、けんこうに！
もうすぐなつやすみ

元気で安全に過ごすために大切なことばかりです。確認してみましょう！

も
もうすませた？
歯のちりようは
お早めに

う
うみでも山でも、
日やけに注意

す
スマホ・ケータイは
おうちのひとと使おう

ぐ
グッドモーニング！
休み中でも
早ね早起き

な
なんども
おさらいしよう
熱中症予防

つ
つめたい食べもの・
飲みものは
ひかえめに

や
やさいを
とっていますか？
夏野菜もおすすめ！

す
すずしい時間を
うまく使って
勉強・運動

み
みずべはキケン！
子どもだけで
行かないで！

