



こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標
 ねっちゅうしょう き
熱中症に気をつけて
 なつ けんこう す
夏を健康に過ごそう
 H30.8 明石小学校 保健室

なつ あおぞら は ひまわり きいろ はな む たいよう お
 夏の青空にくっきり映える向日葵。黄色い花の向きはいつも太陽を追っているのだと
 おも じつ ちが はなし せいちょう じぶん き ほう む
 思っていたら実は違って、それはつぼみまでの話。成長すると、自分が決めた方を向いて
 うご せいちょうき
 動かないそうです。なんだか成長期のみなさんみたいですね。
 なつやす けいけん せいちょう すがた がっき み
 夏休みはふだんできない経験をたくさんして、成長した姿を2学期に見せてください！



先生からのひみつのメッセージ



しかく なに かんせい すす
 □にあてはまる ことばは何か？ 完成させながらゴールまで進もう！
 ゴールした後に①～⑦の文字を数字の順につなげると、先生からの
 う こと
 メッセージが浮かびあがるよ！（すべてひらがなで答えてね）

スタート

<p>A やす あいだ がっこう い とし 休みの間も、学校に行く時と おな じ かん お 同じ時間に起きよう</p> <p>2</p> <p>□ □ □ □ □</p>	<p>B にち みにち みるもと 1日のパワーの源！ しっかり食べましょう</p> <p>1</p> <p>□ □ □ □ □</p>	<p>C しょくじ まいかい 食事のあとは毎回しましょう</p> <p>4</p> <p>□ □ □ □ □</p>
<p>F あつ ひ とく ちゅうい 暑い日は特に注意！ お茶とタオルを忘れずに</p> <p>5</p> <p>□ □ □ □ □ □ □ □ □</p>	<p>E けんこう しん だん 健康診断のあと、 治療はすませた？ 夏休みに行っておこう</p> <p>7</p> <p>□ □ □ □ □ □ □</p>	<p>D どうろ じ こ き 道路での事故に気をつけて。 これを守ろう</p> <p>6</p> <p>□ □ □ □ □ ルール</p>
<p>G スマホやパソコン、 テレビの時間を減らし、 団らんや外遊びの時間をつくろう</p> <p>3</p> <p>アウト □ □ □ □ □</p>	<p>H シャワーではなく湯船に つかり。温度はぬるめで</p> <p>□ □ □ □ □</p>	<p>I あした げん き す 明日も元気に過ごすために 早くふとんに入ろう</p> <p>□ □ □ □ □</p> <p>ゴール</p>



2学期もげ **1 2 3 4 5 6 7** □ □ □ □ □ □ □ □ □ へ来てね！

※このページのAからHまで、1から7までの数字を順番に記入してください。

保健室から夏休みの宿題

けんこう しん だん じゅしん びょういん い ひと じかん
 健康診断で「受診のおすすめ」をもらったのに、まだ病院へ行っていない・・・という人は、時間の
 なつやす ちりょう お は ちりょう ひつよう じどう ちりょう さいどはいふ
 ある夏休みに治療を終わらせましょう！歯の治療が必要な児童へは、治療カードを再度配布しています！