

ほけんだより

夏休み号

令和2年7月22日
上組小学校 保健室

※おうちの方と一緒に読みましょう。

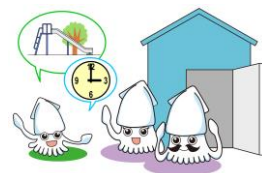
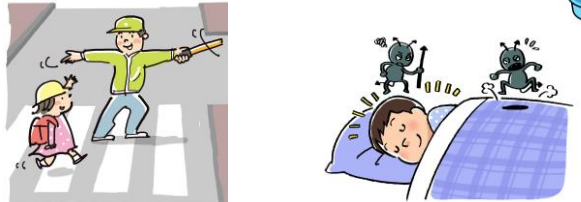
初めての経験がたくさんあった1学期。多くの場面で、みなさんも
がまんをすることがあったと思います。そんな中でも、上組小15人
全員が元気に1学期終業の日を迎えられたことがとても嬉しいです♪
さあ夏休み！家族や友だちと、たくさん楽しんでください。そして
また元気に2学期のスタートを迎えましょうね。



夏の楽しい夏休み☆どう過ごす？

○に入る文字を入れて、文章を完成させると、メッセージが出てくるよ。

- さごはんは、一日のエネルギーのもと！
- めたい物は、ほどほどに！
- っぱりするよ。お風呂に入ろう！
- がてなことにも、挑戦しよう！
- もって安全、交通ルール！
- んこう第一、夏休み！
- つバテを防ぐには、夜ふかし厳禁！
- き先を、必ず伝えて出かけよう！



ねっちゅうしょう
熱中症に
ならないために



バランスよく食べる

じゅうぶん
十分な
睡眠



飲み物をも
持ち歩く

すず 涼しい場所で
きゅう 休けいする



で
出かける
ときは...

ぼうしを
かぶる



こまめに
水分をとる

<連絡欄> すくすくファイルは、8/3(月)登校日に持たせてもらうようお願いします！
お子様の健康に関すること、ほけんだよりへのご意見等…なんでもお知らせください😊