

けんこう三川 7・8月号



周南たちばな学園
三川小 保健室

1学期が終わり、待ちに待った夏休みが始まります。熱中症や生活リズムの乱れが起きないように、御家庭でもお声掛けください。

健康診断のお知らせ

4月から行ってきた健康診断が、全て終了しました。健康診断にかかわる多数の記入、提出等への御協力ありがとうございました。

治療が必要なお子さんに各種検診結果のお知らせを配布しました。「結果のお知らせ」が御家庭に届きましたら、早めの受診をお願いします。なお、「結果のお知らせ」が届かない場合には、「異常なし」ということですので、御承知おきください。

また、健康診断結果のお知らせを貼付した「けんこうのきろく」を配布しました。お子さんの成長の記録を御確認いただき、確認後は担任へ提出をお願いします。



歯みがきチェック～子供たちの感想～

染め出し錠・歯みがきチェックへの御協力、ありがとうございました。子供たちの感想を一部紹介します。

【子供たちの感想】（原文）

- かがみをみながらみがいたら、たのしかった。
- 歯のうらをみがくのが、むずかしかった。
- やっぱり歯みがきをすると、きもちがいい。
- 意外に、おく歯や歯のすきまが赤くなった。



歯は一生使う大切なものです。お子さんと一緒に歯の正しい磨き方を見直してみてください。日本歯科医師会より、お子さんの歯の状況等にあった歯みがき方法を提案してくれるサイトも出されていますので、ぜひ御活用ください。

(<https://www.jda.or.jp/hamigaki/>)

なつやす せいかつ
夏休みの生活リズム お子さんと一緒にお読みください

なつやす い す きそくただ せいかつ ころが
夏休みだからと言って、ダラダラ過ごすのではなく、規則正しい生活を心掛けましょう。

がっこう おな じかん
学校があるときと同じ時間
お
に起きましょう。



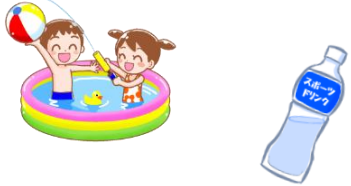
ちょうしよく ちゅうしよく ゆうしよく
朝食・昼食・夕食を
しっかりととりましょう。
おやつはほどほどに。



なつやす しゅくだい けいかくてき
夏休みの宿題も計画的に、
すす
進めましょう。



あそ 遊ぶときは、おもいっきり
あそ 遊びましょう。ただし、
ねっちゅうしょう き
熱中症には気をつけて。



みず じ こ き
水の事故にも気をつけま
しょう。



あそ い だれ
遊びに行くときは、「誰と」
「どこ」で遊ぶか、
「何時」に
かえ 帰るか」を必ず
かなら うちのひと
つた に伝えましょう。



なつやす みず じ こ おお はっせい
⚠ 夏休みは水の事故が多く発生します ⚠

なつやす かわ うみ で ひと おお おも かわ かい いのち お
夏休みに、川や海に出かける人も多いと思います。川や海には、命を落としてしまうか
もしれない危険もあります。大切な命を守るために以下の4つのことを守り、楽しい思い
で 出をつくってください。

かなら おとな いっしょ い
必ず大人と一緒に行く

こども い
子供だけでは行かず、
おとな にん いっしょ い
大人の人と一緒に行きま
しょう。



およ よ ばしょ およ
泳いで良い場所で泳ぐ

ふか
深くなっているところや
ゆうえいきんし
遊泳禁止となっている
ところには近づかない
ようにしましょう。



き
ライフジャケットを着る

まん いち
万が一、おぼれしまったと
きに、浮くことができます。
す。

