



ほけんだよい

7月&夏休み

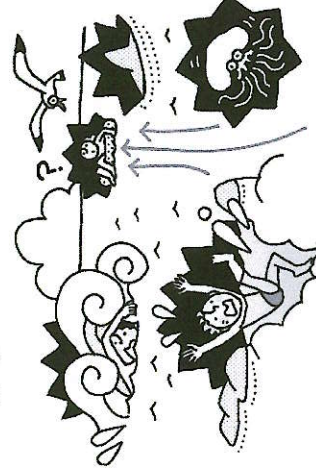
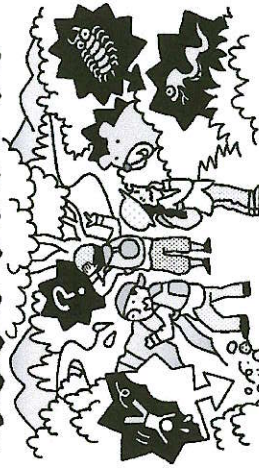
令和7年7月17日
安波小学校 保健室

ついに、待ちに待った夏休みが始まります。1学期は健康・安全に過ごすことができましたか？しっかりふりかえりをして、また2学期に心も元氣なみなさんに会えるのを楽しみにしています。

夏 ☆ 本番! ☆ こんなことに気をつけて 元氣な夏休みにしよう

※日射病・熱射病※ 炎天下、外出時の 服装と水分補給...	※※※日 焼 け※※※ 海・プール... 日焼け止めの活用し て、紫外線を減らそう!	※※※冷 え ※※※ クーラーはタイマーを 上手に利用して! 暑くてもおなかを1枚かけよう!
たれ	胃腸の機能低下 冷たいものの 飲みすぎに 注意!	十分な 水分 補給を 心がけよう!
プール熱 「咽頭結膜熱」といって、 プールうつるころの多い感染症 のどの痛み、目の充血、 発熱に 要注意!	十分な 水分 補給を 心がけよう!	十分な 水分 補給を 心がけよう!

いざ海にばけだ! いっぱい!

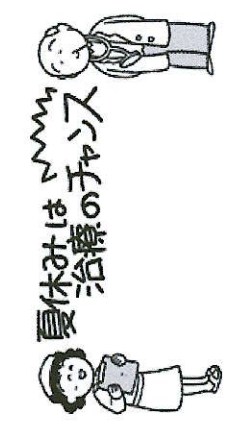


子どもたちだけでは
絶対いかないうちにしよう

いっしょにお世話になりたくない車
☆ 救急車 ☆
☆ バイク ☆
☆ トラック ☆
健康・安全に気を付けて生活しましょう。

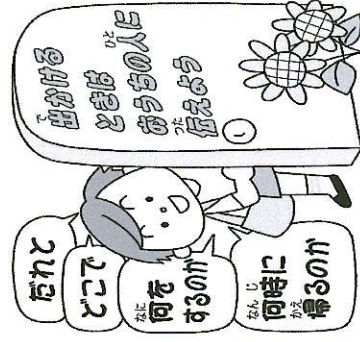
夏休みを楽しく過ごすには、健康・安全に気を付けることが大切です。
感染症やかぜなどの病気のよぼう、海や川でのすごしかた、遊び方などをよく考えた、行動しましょう。ちかごろ、海水浴などでの事故が多発しています。子どもだけでは海や川に行かないようにしましょう。

生活のリズムを くずさない ↑ 色の濃い野菜を食べる	クーラーに当たりすぎない ぎちんと水分補給 お茶・水を!	クーラーに当たりすぎない ぎちんと水分補給 お茶・水を!
十分な 水分 補給を 心がけよう!	十分な 水分 補給を 心がけよう!	十分な 水分 補給を 心がけよう!



夏休みは
治療のチャンス

長い夏休みは治療のチャンスです。
むし歯など、受診が必要な場合はこの機会を利用して受診しましょう。



うらめんは
ハミガキカレンダー
になっています

2025
なっやすみ

7/19



感想かんそう

おうちのき

想 望 大 小

