

ほけんだより がっごう 月号


令和4年7月7日
新潟市立両川小学校
保健室

家庭学習・元気チェック週間にご協力いただき、ありがとうございました。

今年度から、紙のカードからロイロノートへと形式を変更しました。保護者の皆様にも臨機応変に対応していただく場面があったと思います。改めて、ご協力ありがとうございました。

元気チェック週間の結果は、次号ほけんだよりでお知らせする予定です。また元気チェック週間は、子どもたちに健康的な生活習慣を身に付けてほしいために、毎年2回(6月・11月)行います。よろしくお願ひいたします。

ねっちゅうしょう 熱中症




あつ 暑くてじめじめした
ひ 日 ときは特に注意。


きゆう 休 けい や 水のみが
たりなかつたのかも...

- めまい・立ちくらみ
こむらがり
- ずつう 頭痛・吐き気
- こうたいおん 高体温・意識障害
けいれん


ねっちゅうしょう よぼう みんなで熱中症を予防しよう!




あさ 朝月ごはん




マスクをはさず




むり 無理しない



てのひらや手首を冷やす



こまめに休む



かせ 風とおしの良い日景を

～おねがい(募集)～

ぜひ、保護者の皆様には、この元気チェックをきっかけにして、生活習慣について「わが家で取り組んでいること・工夫」を教えてください。情報提供して下さる方は、お手数ですが、今月号ほけんだよりの下段を切り取り、提出していただきたく思います。

* 提出は必須ではありません。ご協力いただける方は是非よろしくお願ひいたします。

* 内容については次号以降のおたよりで紹介させていただきたいと思ひます。

切り取り

わが家で取り組んでいること・工夫を教えてください!

○早寝早起きのコツ・テレビやゲームの約束事・おやつを食べ過ぎない等々・・・

(学年: 年)