

# ほけんだより ④

令和4年7月14日 文京区立林町小学校 保健室



## なつ けんこう 夏を健康にすごそう!

つめ 冷たいものや、  
あま 甘いものとり  
ちゅうい すぎに注意!

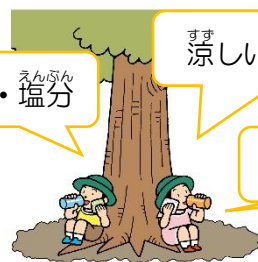


しょくよくていか 食欲低下や  
むしほ 虫歯などに  
つながるよ!



ねつちゅうしょう 熱中症を予防  
しよう!

すいぶん 水分・塩分



すずい 涼しい場所で休む

すいみん 睡眠・栄養

せいかつ 生活のリズムをくず  
しすぎないように気  
をつけよう!

おき 起きる時間を  
決めるといいね



かんせんしょうたいさく 感染症対策も  
つづ 続けよう!

かんき 換気



てあらい 手洗い



ソーシャルディスタンス



じこ 事故やけがに  
きをつけて!

こうつう 交通ルールなどを守ろう!



## ★はみがきカレンダーについて★

ほけんだよりの裏面で、『なつやすみはみがきカレンダー』を配布しました。チャレンジしてみたい人は、ぜひ使ってください! 休みの間はお昼ごはんの後なども歯みがきができると良いですね。チャレンジした人は、夏休みが終わったときに保健室に見せに来てくれるとうれしいです!

※宿題ではありません。

### 保護者の皆様

日頃より学校の保健活動にご協力いただきありがとうございます。夏休み期間中も、引き続き感染症の予防にご協力をお願いいたします。毎日の健康観察を続けていただき、2学期始業式の日提出してください。夏休み期間中、児童が新型コロナウイルスに感染、または感染の疑いがある場合は、学校までご連絡ください。(3946-0421)

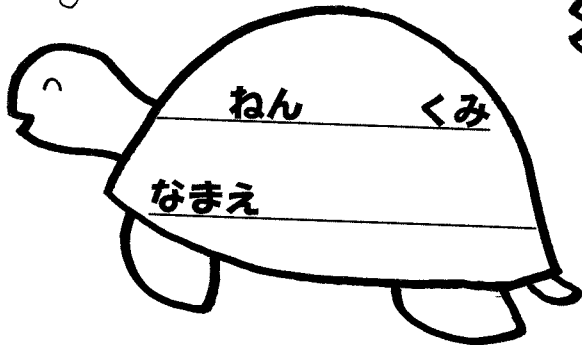
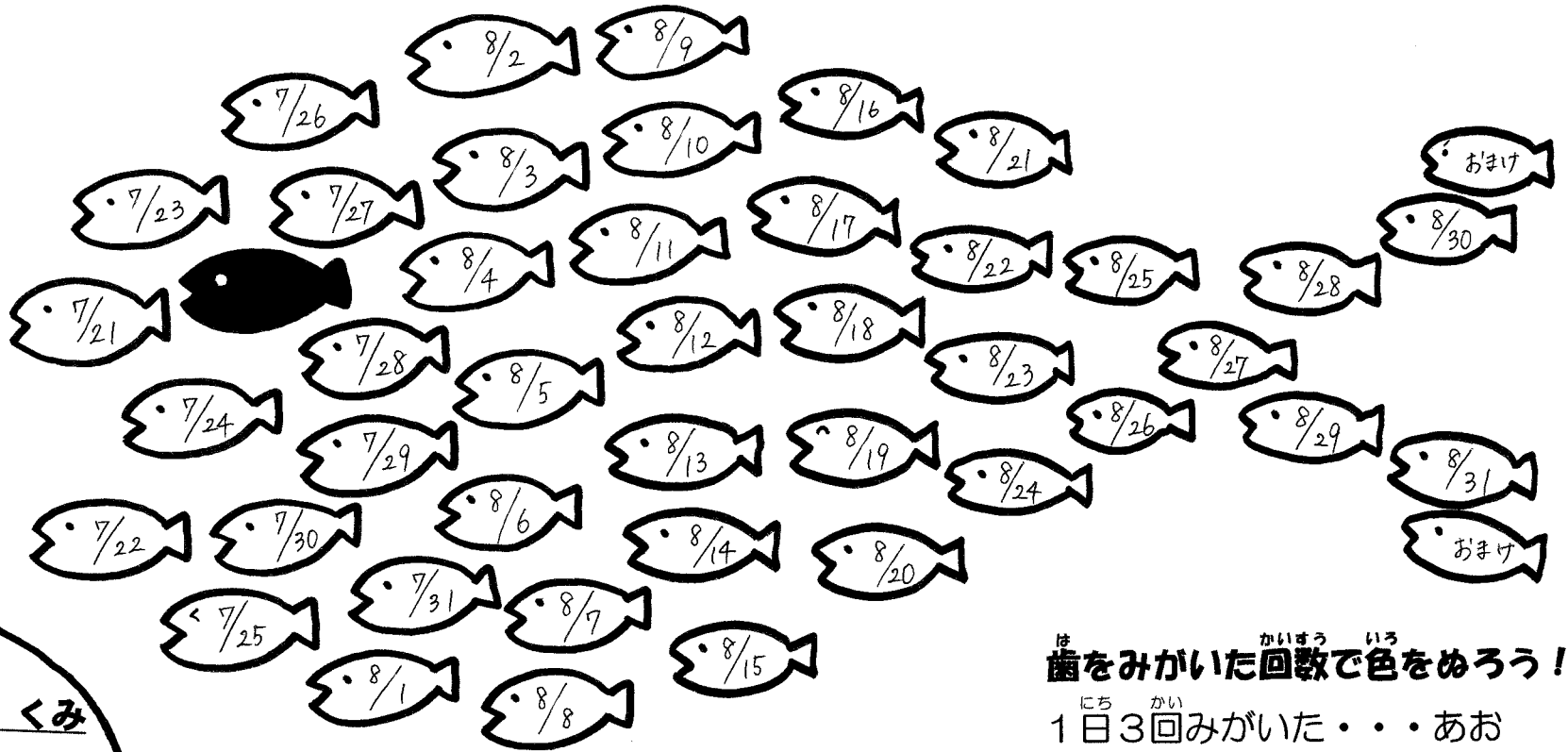
土曜日及び日曜日、8月12日・15日・16日の学校閉庁日は、学校の電話が繋がりません。明けた平日にご連絡ください。

かんそう

なつやすみ

はみがきカレンダー

むくひょう



☆自由に使ってください。宿題ではありません。

は <sup>かいまう</sup>を <sup>いろ</sup>み <sup>いろ</sup>がいた回数で色をめろう!

1日3回みがいた... あお

1日2回みがいた... きいろ

1日1回みがいた... あか

みがかなかった... みどり