ほけんだより
夏休み号

奈良東養護学校
保　健　室
令和5年7月20日

待ちに待った夏休みが始まります。長い休みになりますので、早寝・早起きなど規則正しい生活を心がけて、体調や安全には気をつけて過ごしましょう。２学期に元気いっぱいな皆さんと会えることを楽しみにしています。

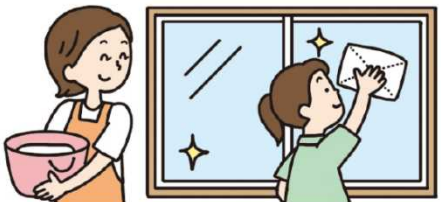
8月の保健目標　夏を元気にすごそう

もうすぐ夏休み！ けんこうな生活のために

休み中も早ね・早起きをつづける

冷たいものの とりすぎに注意

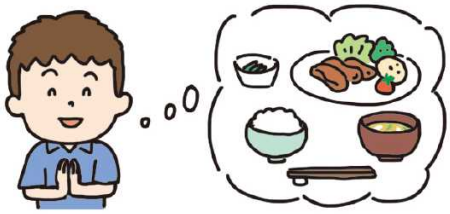
おてつだいや運動で からだを動かす



クーラーのきいた部屋に こもらない

汗をかいたら こまめにふく・着がえる

３度の食事をしっかり、おやつはひかえめ



～　保護者の皆様へ　～

４月から行っていた健康診断がすべて終了しました。検診の結果、医療機関での治療・指導が必要となる児童生徒にはお知らせを配布しています。お知らせが届いていましたら、ぜひ夏休みを利用して、受診していただきますようよろしくお願いします。治療が終わりましたら、治療結果届を担任まで提出してください。