

# 7がっほけんだより

天童中部小学校  
令和4年7月25日

30日間と長い夏休みですが、健康で楽しく過ごしてください。一番大切なのは、いつも通りの生活をする事です。

**「リズムのある生活をする・3食きちんと食べる」**に気をつけましょう！

8月26日（金）の授業開始日には、元気いっぱい登校してくださいね。

## 夏休み中の生活

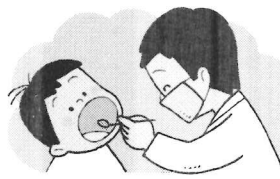
いただきます!



\*朝ごはんは必ず食べます。



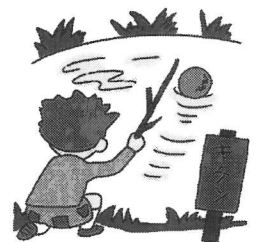
\*食後の歯みがき忘れずに!



\*治療をすすめてください。



\*涼しいうちに勉強します。



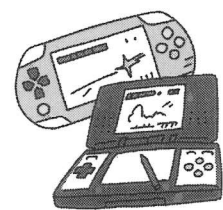
\*危険な場所で遊びません。



\*こまめに水分補給を熱中症に気をつけます。



\*汗をかきやすくなるので、体を洗いにつにします。



## ゲームやテレビにあやつられていませんか?

生活リズムが崩れ、体調がおかしくなると病気の原因になることがあります。**意識して毎日続けること**がとても大切です。ご家族みんなで健康な生活を送ってくださるようお願いいたします。

## 「受診・治療」をお願いします!

6月までに「定期健康診断」が終了しました。ご協力いただきましてありがとうございます。病気や異常の疑いのある方には、それぞれ「受診のすすめ」「治療のすすめ」「精密検査のすすめ」を渡しました。主治医と相談のうえ、必要な場合は治療を進めてください。また、欠席等で健康診断を受けられなかった方には「検診のお願い」を渡しました。受診済みの報告がどんどん届いています。まだの方は、夏休み中に終了してください。