



32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27日（水）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。

「健康診断結果のお知らせ」を配付します！

今年度も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した。結果についてお知らせを配付しますので、ご覧いただき家庭で保管をお願いします。また、病気や異常の疑いのある方には「受診のすすめ」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。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。結果の報告が続々と届いています。まだの方は、夏休み中にぜひ終了してください。