

ほけんだより 8月

尾道市立西藤小学校
平成30年
8月3日
(No.6)

夏休みには、色々なチャンスがあります。宿題をして、1学期の内容をおさらいするチャンス。海や山に行き、たくさん体を動かすチャンス。本をいっぱい読んで、新しいことを知るチャンス。そして、体の調子を整えるチャンスです。長い休みの間も生活リズムを整えて、色々なチャレンジをしましょう。

ほけんしつ

保健室からのひみつのメッセージ



□にあてはまることは何かな？完成させながらゴールまで進もう！

スタート

A 休みの間も、学校に行く時と同じ時間に起きよう 2 □ □ □ □	B 1日のパワーの源！ しっかり食べましょう 1 □ □ □ □ □	C 食事のあとは毎回しましょう 4 □ □ □ □
F 暑い日は特に注意！ お茶とタオルを忘れずに 5 □ □ □ □ □ □ □ □	E 健康診断のあと、 治療はすませた？ 夏休みに行っておこう 7 □ □ □ □ □	D 道路での事故に気をつけて。 これを守ろう 6 □ □ □ □ ルール
G スマホやパソコン、 テレビの時間を減らし、 団らんや外遊びの時間をつくろう 3 アウト □ □ □ □	H シャワーではなく湯船に つかろう。温度はぬるめて □ □ □ □	I 明日も元気に過ごすために 早くふとんに入ろう □ □ □ □

ゴール



ゴールした後に①～⑦の文字を数字の順につなげましょう。
先生からのメッセージが浮かびあがります♪

せんせいからのメッセージ

2学期もげ

1 2 3

4 5 6 7

へ来てね！



※このページの裏面に、先生からのメッセージが隠れています。ぜひ読んでみてください。

保護者の方へ

感染症 警報発令中です！



流行性角結膜炎（はやり目）

出席停止

●症状

- ・結膜が充血する。
- ・目がかゆくなる。
- ・目がゴロゴロする。
- ・涙が多くなる。

●予防

- ・ほかの人とタオルを共有しない。

●対処法

- ・医療機関では症状を軽くする方法がとられる。



ヘルパンギーナ

出席停止

●症状

- ・38～40度の発熱。
- ・のどの痛み。
- ・食欲不振や全身のだるさ、頭痛。

●予防

- ・手洗いをしっかりする。
- ・洗濯物は日光で乾かす。

●対処法

- ・特別な治療法はない。医療機関では症状を軽くする方法がとられる。

