



なつやす 夏休み号

令和7年7月18日
羽生市立手子林小学校
ほけんだより

待ちに待った夏休みがやってきます。体調に気をつけながら充実した夏休みをすごして
ください。2学期元気なすがたのみなさんに会えることを楽しみにしています。

★てこばやし 夏のあいことば★

て 天気の良い日は、熱中症に気をつけながら外で遊ぼう

…無理をしない程度に外で遊ぶ時間をつくって、体力アップをめざそう。

こ こまめに水分ほきゅうをして、熱中症を予防しよう

…のどがかわいていなくても水分をとろう。水やスポーツドリンクがおすすめです。

ば バランスのよい食事をとろう

…なんでも食べて、病気に負けない強いからだをつくろう。

や 休みのときこそ、規則正しい生活を

…起きる時間・ねる時間を決め、生活リズムをくずさず夏休みを過ごそう。

し 宿題は計画的にやろう

…宿題が終わらなくて、ねぶそくて始業式…なんてことにならないように毎日コツコツ取り組もう。

夏休みも健康に過ごして、
元気に2学期登校しよう！



保健室からのお知らせ



「健康診断の結果のお知らせ」を受け取った人へ

結果のお知らせを受け取ったけれど、まだ病院に行っていない人は夏休みが受診や、治りよのチャンスです。歯科・眼科未受診の人には、お知らせの封筒をわたしました。健康な体で2学期をおかえましょう。

なつやす 夏休みの宿題について

<p>① 夏休み歯みがき カレンダー（両面）</p>	<p>毎日の歯みがきをチェックしましょう。夏休み中も、朝・昼・晩、食べた後にはていねいに歯みがきをしましょう。</p>
<p>② みんなで歯っぴーになろう （染め出し）</p>	<p>カラーテスター（歯垢染め出し錠剤）を配りました。プリントを参考にして取り組みましょう。保護者のみなさまもお子様と一緒に染め出しに取り組んでいただくようお願いいたします。</p>