

ほけんだより

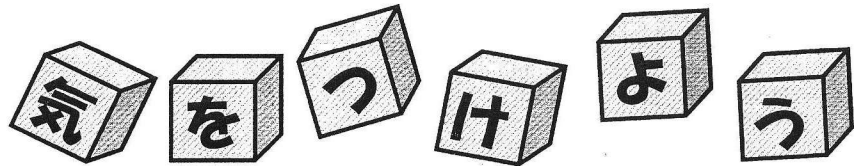
今日もごきげん

2012.7.24 江別市立江別小学校



たのしい夏休みにしようね!

ながいながい26日間の夏休みが始まります。学校に来ている間はなかなかできない体験をしたり、勉強にじっくりとりくめるチャンス!みんなはどんな目標をたてたのかな?



花火

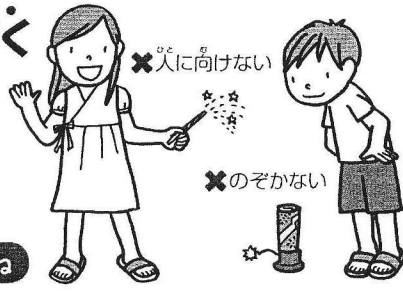
をするときのやくそく



バケツに水を
用意する



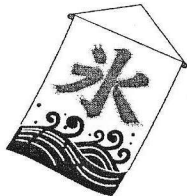
大人と一緒にやる



×人に向けない

×のぞかない

きまりを守って安全に楽しもうね



食べすぎ・飲みすぎに ちゅうい!!

冷たいもの(ジュース、かきごおり、アイス
クリームなど)をとりすぎると、それだけで
おなかがいっぱいになって、ごはんを食べら
れなくなったり、おなかをこわしたりすることがあるよ!

食べすぎにちゅういしようね!!

のどがかわいたときは...



さっぱり

水や麦茶で水分補給!

6年生の みなさんへ

夏休みが
終わると、
すぐに修学旅
行があります。



夏休み中にしっかり体調を
整えることと、むし歯などの
治せるものは治りょうしておく
ことをおすすめします!

みんなでそろって出発でき
るように、休み中大きなケガ
をしないように気をつけたい
ですね(事前健康調査は休み
明けの日に配付します)。

おうちの方へ

明日から26日間の夏休みが始まります。計画停電が行われるかもしれない今年の北海道。大人も子どもも元気に乗り切れるようにしたいですね。

4~7月までの間、保健室には頭痛、腹痛、擦り傷、打撲などいろいろな来室がありました。

運動会前は擦り傷が多く、「ザーッ」とすれた、泥だらけの傷が痛々しかったです。

最近では虫刺され、(うんていや鉄棒で)手の皮がむけた、というのがポツポツあります。

それでも子どもたちは手当てが終わると再び元気に遊びに出かけています。

休み明けも元気にすごせるように、保健室からバックアップします!!来校の際には保健室にも立ち寄ってお話などしていただけるとうれしいです。

川海プール

でちゅうい!!



危険!とこころは近づかない!

川や海には必ず大人の人といっしょに行きましょう。

子どもだけで行ってはいけません。

プールでは管理人さん、監視員さんのいうことを必ずききましょう。

出かけるときは

ぼうしをかぶろう

つばの広いものかいよ!

いままでのようすをみていると、

- ぼうしをかぶらずに登下校している人がいるよ
- 放課後グラウンドや公園で遊んでいるとき、ぼうしをかぶっていない人がいるよ

頭に直せつ太陽のひざしをあびると、とてもあつくなり、地はだかやけてしまうし、熱中症になるケンがあります。

出かけるときには、必ずぼうしをかぶるようにしましょう!