

ほけんだより 7月

ねん がつ か
2026年7月14日

せい わにししょうがっこうほけんしつ
成和西小学校保健室



げんきに、けんこうに！

もうすぐなつやすみ



も

もうすませた？
歯のちりようは
お早めに



う

うみでも山でも、
日やけに注意



す

スマホ・ケータイは
おうちのひとと使おう



ぐ

グッドモーニング！
休み中でも
早ね早起き



な

なんども
おさらいしよう
熱中症予防



つ

つめたい食べもの・
飲みものは
ひかえめに



や

やさいを
とっていますか？
夏野菜もおすすめ！



す

すずしい時間を
うまく使って
勉強・運動



み

みずべはキケン！
子どもだけで
行かないで！



なつやす ねっちゅうしょう よぼう
夏休みも 熱中症予防を

OK!



OK!

OK!

おうちのかたへ

リーフレット「学校と家庭で育む子どもの生活

習慣」について、日本学校保健会から配付がありま

した。本日、お子様が持ち帰りましたので、健康づ

くりの参考になさってください。

