

# ほけんだより夏休み号

H29.7.18

深谷市立大寄小学校



もうすぐ夏休みに入りますね。夏休み中は、規則正しい生活をし、熱中症や病気などにもかからず、元気に過ごしてください。交通安全やケガにも十分気をつけて楽しい夏の思い出をたくさんつくってくださいね。



## 歯と口の健康週間 入選作品



1年



お家の方のご協力ありがとうございました。

歯みがき・身体測定前の保健の勉強の様子です



チャレンジ！まちがいさがし

<こたえは、うらにあります。>

7つのまちがいがあるよ  
見つけてね。

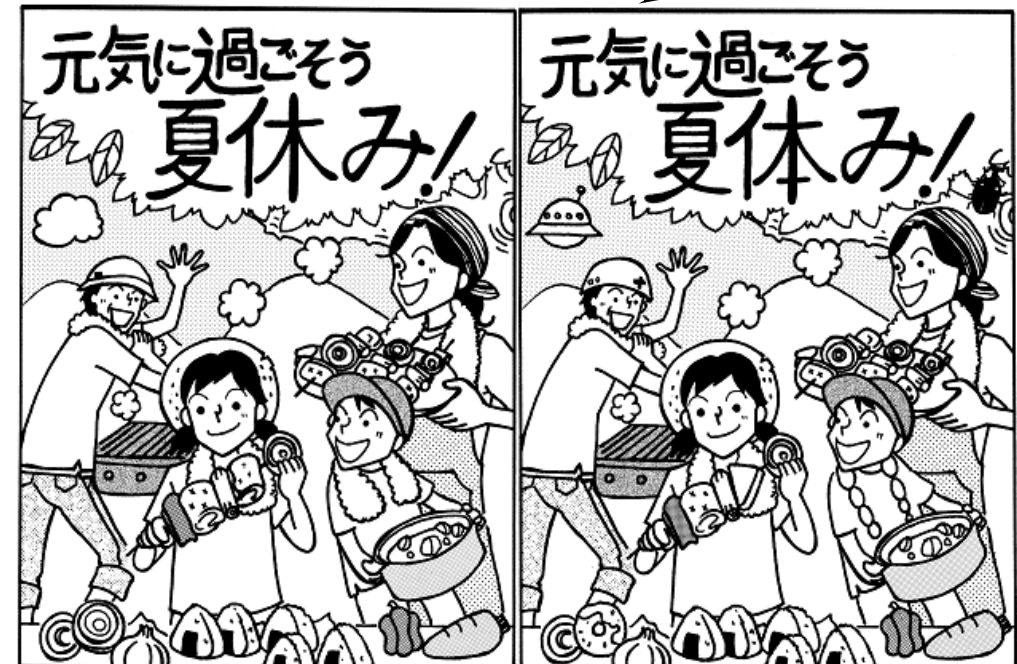
## 😊 元気に過ごすための約束です 😊

- ☺ 早ね・早おきをしよう！
- ☺ 1日3食、きちんと食べよう！
- ☺ 食事のあとの歯みがきをわすれずに！
- ☺ 手洗い・うがいをしっかりしよう！
- ☺ 体を冷やしすぎないようにしよう！
- ☺ 外で体をうごかそう！
- ☺ 外にでるときは、ぼうしをかぶろう！
- ☺ ジュースより、水やお茶で水分補給！
- ☺ テレビやゲームは時間をきめて！
- ☺ 夏休み中に治療をしよう！



で出かけるときは、家の人に話してから。

いえ、てっだ家のお手伝いもたくさんしてね。





<こたえ：○がついているところ>