

ほけんだより 7月号

令和6年7月1日
右粉小学校
保健室



なつほんばん
いよいよ夏本番!

7月7日は七夕です。みなさん、短冊には何を書きますか？お願いだけではなく、目標も書いてみましょう。言葉にすることで「がんばろう！」という気持ちになりますよ。今年は天の川が見えるといいですね。



「ゴーストバスターズ」

夏の学校に
←たら妖怪たちが現れて
学校のみんなが
←たらになっちゃった！
それぞれの妖怪に合った
正しい生活攻撃で
退治しよう！

←たら妖怪をやっつける

正しい生活攻撃はどれかな
選んだ攻撃の数字を□に書いてね

- 1 ゲームは時間を決める
- 2 早寝
- 3 お手伝いをする
- 4 早起き
- 5 外で遊ぶ
- 6 朝ごはんを食べる
- 7 手を洗う
- 8 病院に行く

夜ふか死神
夜ふかしばかりしている死神

とりつかれると...

夜ふかして寝不足になり
授業中に寝てしまう **A**

朝寝ぼ牛鬼
朝寝坊する牛鬼

とりつかれると...

朝起きられなくなって
学校に遅刻する **B**

朝ごはんぬキジムナー
朝ごはんを食べないキジムナー

とりつかれると...

朝ごはんを食べなくなって
力が出ない **C**

手を洗わな一本だたら
絶対に手を洗わない一本だたら

とりつかれると...

手を洗わなくなって
病気になりやすくなる **D**

お手伝いしな一反木綿
お手伝いを一切しない一反木綿

とりつかれると...

全くお手伝いをしなくなり
おうちの人に怒られる **E**

病気放ちょうちんおばけ
病気でも病院に行かないちょうちんおばけ

とりつかれると...

病院に行かなくなり
ケガや病気が悪化する **F**

ごろごろくろ首
一日中ごろごろしているろくろ首

とりつかれると...

毎日ごろごろしてしまい
体力が落ちる **G**

ずっとゲーむじな
一日中ゲームをしているムジナ

とりつかれると...

ゲームをやめられなく
なって目が悪くなる **H**

「歯」の健康について勉強をしました！



5年生が「全国小学生歯みがき大会」に参加し、動画をみながら、正しい歯みがきについて学習しました。

もうすぐ夏休みです。
学校が休みに入ると、生活習慣が乱れやすくなるので、今のうちから規則正しい生活を身につけていきましょう。
せっかくの楽しい夏休みも、体調を崩さないよう「早寝・早起き・食事」を心がけましょう。
ゲーム・動画は時間を決めて使しましょう。
元気に楽しい夏にしましょう！