夏休み号

土庄町立土庄小学校
保健室

いよいよ、みなさんの楽しみにしている夏休みです。夏休みはさまざまな経験を通して、心と体をひとまわり大きくするチャンスです。しかし、楽しい夏休みにするためには、「健康」という土台が必要です。規則正しい生活リズムで過ごし、熱中症や感染症に気をつけて、充実した夏休みを過ごしてくださいね。

夏休みの生活習慣調べ　「早ね早おき朝ごはんシート」

初めの１週間（**7/21～7/27**）と
終わりの１週間（**8/25～8/31**）にチャレンジしましょう！
ふりかえりを書いて、２学期に提出してください。

中をあけると…

できたら、シール
をはろう♪

夏休み中に、
治療や受診をしておこう！

１学期の健康診断で、病院へ行くようにお知らせの用紙をもらった人は、病院へ行きましたか？
受診の結果や治療の経過を学校にお知らせください。