

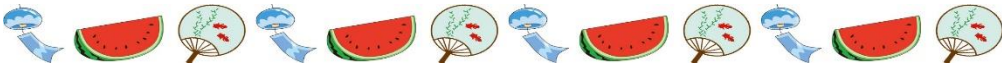


# 保健だより 夏休み特大号

平成 29 年度

高岡市立川原小学校 保健室

1学期もアツという間に終わり、夏休みに突入ですね。たくさん遊んで、また、集中して勉強や運動にも取り組むよい期間です。健康で規則正しく、有意義な夏休みを過ごしましょう。

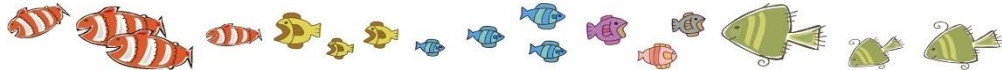


【せいけつ検査の結果発表】4月11日～7月11日 全14回実施

1学期の第1位は、2年生でした！おめでとうございます。  
ハンカチ、ティッシュ、爪の3点セットを身に付けることは、自分の身体をきれいに保つだけでなく、周りの人たちの気持ちもよくします。

|     | 4月平均 | 5月平均 | 6月平均 | 7月平均 | 合計点(平均)      |
|-----|------|------|------|------|--------------|
| 1年生 | 98.7 | 98.4 | 97.5 | 99.0 | 1,376 (98.3) |
| 2年生 | 99.3 | 99.8 | 99.8 | 99.5 | 1,395 (99.6) |
| 3年生 | 97.3 | 98.4 | 98.8 | 99.0 | 1,377 (98.4) |
| 4年生 | 97.3 | 95.0 | 95.5 | 97.0 | 1,343 (95.9) |
| 5年生 | 99.0 | 98.4 | 98.3 | 98.0 | 1,378 (98.4) |
| 6年生 | 96.3 | 96.8 | 98.8 | 98.0 | 1,364 (97.4) |

※点数=100-(ハンカチを忘れた人数+ティッシュを忘れた人数+爪が長い人数)



☆ 8月10日(木)、20日(日)、30日(水)は「すっきりファミリーデー」です。家族の方と一緒に、思わず笑顔になるような、楽しく穏やかな時間を過ごせるといいですね。

## なつやすみもけんこうに!

- な** おしておこう 調子や具合のよくないところ
- つ** めたいもの あつさりしたものばかり食べてない?
- や** りすぎ注意! ゲームやネットは時間を決めて
- す** いぶんを こまめにとって 熱中症予防
- み** ださない 生活リズムはいつもどおりで



むし歯などは、この休みを使ってちようとすませよう。  
一日3食、いろいろな食品でバランスよく栄養をとろう。  
すいみん不足やうんどう不足にならないようにしよう。  
汗をいっぱいかいたときには塩分も一緒にとろう。  
休みの間も、はやね・はやおきを心がけよう。



### 【すっきりファミリーデーの結果報告】

