R3.12.23　福井南特別支援学校　保健室

今年はどんな１年でしたか？そして、来年はどんな年にしたいですか？来年もたくさん成長できるよう、冬休み中に心と体の元気をチャージしてください。

冬休みを健康で安全にすごすための約束

生活リズムを崩さない

規則正しい生活習慣が元気の秘訣だよ

家でも感染症対策

手洗いや換気で感染症の予防を続けよう

少しずつでも毎日運動

身体を動かすと気持ちもリフレッシュできるよ

暗くなる前に家に帰る

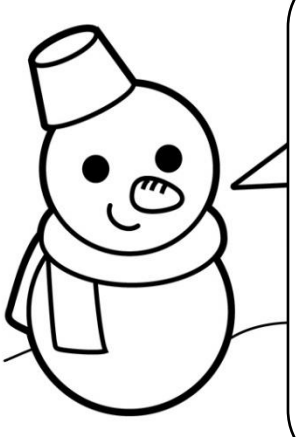
外出するときは家の人に帰る時間を伝えておこう

保護者の皆様

いつも感染症対策に御協力いただき、ありがとうございます。12 月に入り、咳などの風邪症状で欠席する児童生徒が増えました。冬休み中も、引き続きお子様の健康観察をお願いします。

ふゆやすみ はみがきカレンダー

あさ	あさ	あさ	あさ	あさ	あさ
ひる	ひる	ひる	ひる	ひる	ひる
よる	よる	よる	よる	よる	よる
がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち
あさ	あさ	あさ	あさ	あさ	あさ
ひる	ひる	ひる	ひる	ひる	ひる
よる	よる	よる	よる	よる	よる
がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち
あさ	あさ	あさ	あさ	あさ	あさ
ひる	ひる	ひる	ひる	ひる	ひる
よる	よる	よる	よる	よる	よる
がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち	がつ　にち



むし歯を予防するために、冬休みも毎日しっかり歯みがきをしましょう！１日３回歯みがきができた人は、この歯みがきカレンダーを保健室前に貼り出します。

部　　年　　組

名前

©少年写真新聞社 SeDoc