ほけんだより 冬休み号

R4.12.23　福井南特別支援学校　保健室

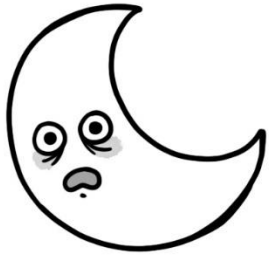
明日から冬休みです。クリスマスにお正月、楽しみなことがたくさんありますね。来年も元気に学校生活をスタートできるよう、規則正しい生活を心がけて楽しい冬休みをすごしましょう！

冬休みの生活習慣の乱れの原因は…コレかも！

☆ダラダラン

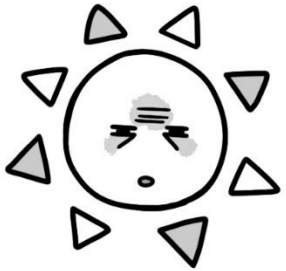
ダラダラとすごさずに
規則正しい生活を送ろう！

☆ヨフカシー



寝不足だと免疫が下がり
疲れもとれないよ！

☆アサネボー

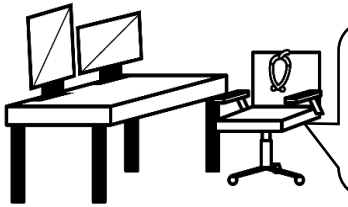


早く寝ないと
朝早くに起きられないよ！

☆タベスギルン

年末年始は
食べすぎないように！

☆冬休みも規則正しい生活を続けましょう！



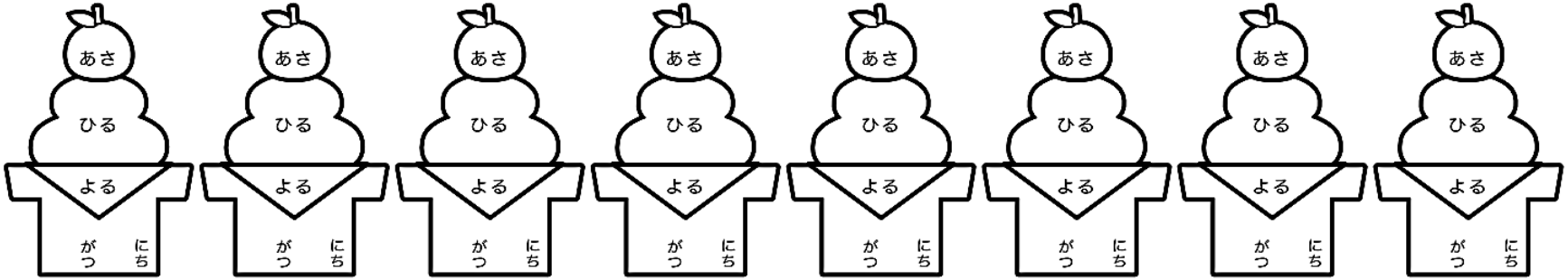
冬休みは受診のチャンスです！

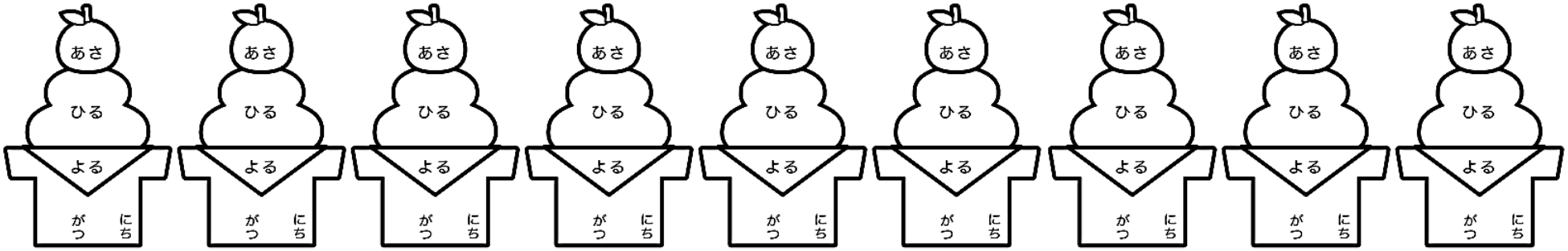
春と秋の検診で受診するように勧められた人は、もう受診しましたか？特に虫歯は、治療しないとよくなりません。まだの人は冬休み中に受診しましょう。受診が終わって、紙をまだ学校に持ってきていない人は、冬休み明けに紙を学校まで持ってきてください。

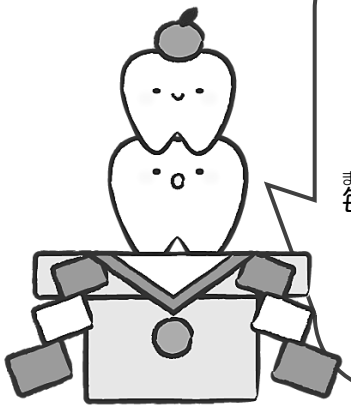
おうちの方へ

日ごろから本校の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、風邪症状で来室、欠席する児童生徒が増えました。冬休み中も引き続き家庭内や外出先での健康観察や感染症対策をお願いします。

ふゆやすみ　はみがきカレンダー







虫歯を予防するために、

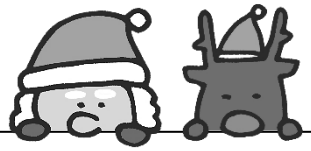
冬休みもしっかり

歯みがきしましょう！

毎日3回歯みがきして、色がぬれた

人のカレンダーは、保健室前に

貼り出します！



小・中・高　　年　　組

名前