夏休み直前号

R5.7.20 福井南特別支援学校 保健室

1学期の保健室利用状況

1学期の利用件数（～7/13）

470件

傷（切り傷など）	172件
打撲（ぶつけた）	54件
あせも・肌荒れ	53件

今年の保健室の利用件数は、昨年度よりも少し多い、470件でした。

中でも、「鼻血」が出て来室する人が昨年度より多かったです。鼻血が出た時は、軽く下を向いて、小鼻をつまむようにしましょう。

２学期も、元気な皆さんに会えるのを楽しみにしています。

受診勧告書をもらっていて、
受診がまだの人は、
夏休み中に受診しましょう！

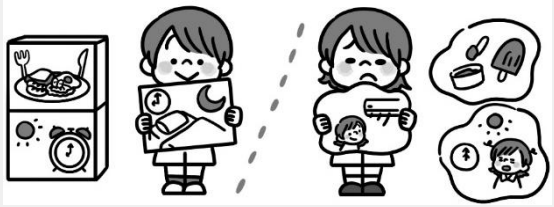
▼元気に過ごすポイント

○に入る、平仮名を考えてみよう！

① はや○・はや○○

② バランスのよい○○○○

③ １日３回○○○○をする



規則正しい生活を心掛けて、夏休みを楽しく元気に過ごそう！

答え：①ね、おき　②しょくじ　③はみがき

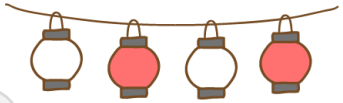
おうちの方へ ―夏休みの過ごし方について―

日ごろから、本校の保健活動にご協力いただき、ありがとうございます。

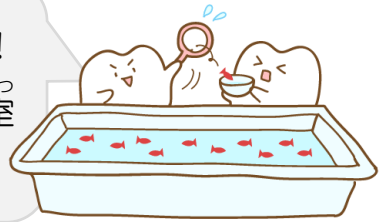
さて、夏休みになると生活リズムが乱れやすいです。夏休み明けに元気に登校するためにも、「いつもと同じ時間に寝て、いつもと同じ時間に起きる」「適度な運動を取り入れる」「1日3回歯磨きをする」など、夏休み中も学校と同じような生活リズムで過ごすことを心掛けていただきたいと思います。夏休みの生活ルールを御家族で決めたり、何か一つ継続して実施できそうな内容を選んで家族皆で取り組んでみたりなど、御家庭でも生活リズムを整える工夫をしてみてください。

裏面は、「なつやすみ　はみがきカレンダー」になっています。毎日3回歯みがきをして、たくさん色を塗っていこう！

なつやすみ はみがきカレンダー



小・中・高　　年　　組

名前

1日3回歯みがきをして、虫歯を予防しましょう！
毎日3回歯みがきできた人のカレンダーは、保健室前に貼り出します。