

ほけんだより 7月

7月の保健行事

★9日(木)

りんかんまえけんしん
林間前検診 14:00~

(5年生の対象者)

★10日(金)

しよけいしどう ほうかご
初経指導 放課後

(5年生の女子)

しよけいしどう ひ きたく
※初経指導の日は、帰宅が

すこ おそ
少し遅くなります。

令和8年(2026年)7月 八尾市立志紀小学校 保健室

もうすぐみなさんが楽しみにしている夏休みですね。

けんこう き たの なつやす
健康に気をつけて、楽しい夏休みにしましょう。

あつ ひ つづ ねっちゅうしょう
暑い日が続きますので、熱中症に気をつけましょう。



こんな日は熱中症に注意!



まじやう あつ
急に暑くなった



ま おん たか
気温が高い



しつ ど たか
湿度が高い



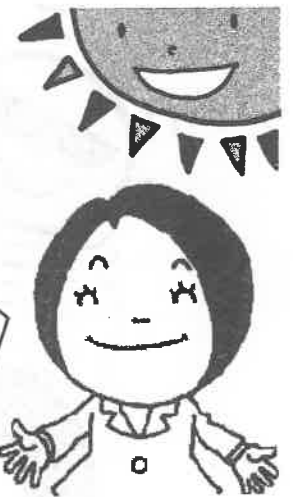
かぜ
風がない

こどもたちの健康・安全のために、

たくさんの問診票の記入やご提出

など、ご協力ありがとうございました。

2学期もどうぞよろしくお願いいたします。



きちんとおして、

げんき
元気にすごそうね!

はやめに検査や治療を受けよう

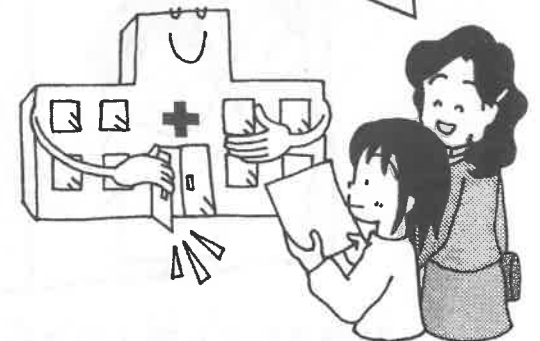


はる けんこうしんだん お ちりょう けんさ ひつよう ひと し わた
春の健康診断が終わりました。治療や検査の必要な人にはお知らせを渡しています。

がっきちゅう いそ びょういん い ひと なつやす りよう じゅしん
1学期中に忙しくて病院へ行けなかった人は、夏休みを利用して受診しましょう。

じゅしん お じゅしんほうこくしょ がっこう ていしゅつ
受診が終われば、「受診報告書」を学校に提出してください。

ちりょうかんこくしょ はあい さいはっこう がっこう し
※治療勧告書をなくした場合は、再発行しますので、学校まで知らせてください。



ほんじつ 本日のニュース シーズン突入 とつにゆう

なつ 夏バテ注意報 ちゅういほう

はつれいちゅう 発令中～!

こんな人は夏バテに注意!



その症状、夏バテかも



夏バテに気をつけて 楽しい夏休みを過ごしてほしいニャ

ぐっすり眠って、夏バテを解消しよう!



ヨーグルト
やバナナ、
スープなど
食べやすい
ものを。



38～40℃
のお湯に
5～10分
つかる

夏休みも同じ時間に 起きる 寝る

時 分 時 分

からだのリズムはいつも同じです。学校が休みでも、いつもと同じ時間で生活しよう。