



こんげつ ほけんもくひょう
今月の保健目標

せいけつに すごそう!



◆◇あつくなってきたら…◇◆

あつくなってくると、ばいきんが**げんき**に動きやすくなります。
よく水でぬれやすい所や、よごれが**つき**やすい所はどこでしょうか？ 見つけて、こまめにきれいにしておくとういすね。
ほかに、保健衛生委員会のみなさんと、せいけつに**すご**す工夫を**かんが**えてみました。
みんなで**き**をつけましょう。

| | | |
|--------|-----------------------|---------------|
| つめを切る。 | ハンカチ・ティッシュを わすれない。 | て 手 洗い・うがい |
| | | |

◆◇「結果のお知らせ」を見よう◇◆

健康診断が**つぎ**つぎに終わっています。お医者さんへのあいさつも、上手でしたね。
「〇〇検診**けっか**のお知らせ」をもらったら、自分でよく見てみましょう。
「病院に行くことをおすすめします。」と書かれていたら、ぜひ早めに行ってください。
ただし、学校では「もしかしたら、病**びょうき**かもしれない。」としか分かりません。病院では、「とくに**もんだい**はありません。」と言われるかもしれないので、あまりこわがらずに受診してくださいね。

かならず家の人にも見せましょうね。



★今月の健康クイズ★

もんだい
問題

ちょっとつかれたあなた。
明日の**げんき**のために、した方がよいことは、つぎのうちどれでしょうか？（こたえは1つではないかも・・・）

- ① お風呂にゆっくり入る。
- ② 好きなことをする。
- ③ ぼーっとする。

せいかい、**ほけんしつまえ**
正解は、保健室前にあります♪