

R4. 7
夏休み号
大虫小学校

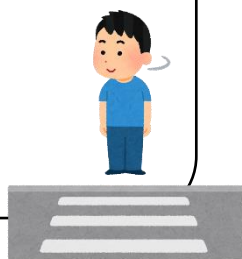
いよいよ夏休みが始まります。体調管理をしっかりとって楽しい夏休みにしましょう。

★毎日元気に過ごすために、気をつけること！

体調管理に気をつけよう
冷たいものを食べすぎると
夏バテの原因になります。
「早ね・早起き・朝ごはん」を
心がけましょう！



けが・事故の防止
交通ルールを守り、交通事故には
十分気をつけましょう。



運動をしよう
エアコンのかかった部屋にずっといる
のではなく、1日1回は外に出て体を
動かしましょう。熱中症対策もわす
れずに。



★保護者の皆様へ

夏休みも引き続き、けんこうカレンダーで「体温・体調のチェック」をお願いします。そして、お子様本人や同居する家族が感染、濃厚接触者に特定された場合、PCR検査を受ける場合は、判明した段階で学校に電話 (Tel 22-1109) が学校代表メールへ連絡してください。

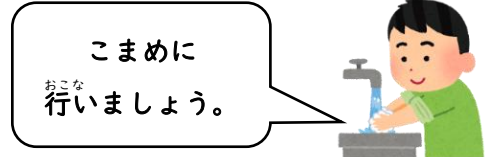
★早めに治しましょう！

4月からの健康診断で
①視力がB以下の人
②むし歯や歯ぐきの病気があった人
に、「受診のおすすめ」を渡しています。まだ受診をしていない人は夏休みを利用して早めの受診をおすすめします。受診をした人も再度視力が低下したり、むし歯になったりすることがないように、ふだんの生活から気をつけましょう。



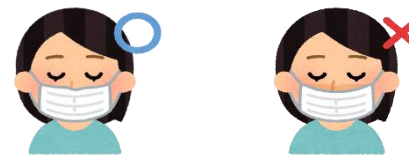
★感染対策をしながら、楽しい夏休みを過ごしましょう。

てあら 手洗い・手指消毒



ただ 正しくマスクを着用

鼻、口が出ないようにすき間なく
フィットさせて着用しよう。



かんき

空気を入れかえよう！



ソーシャルディスタンス

・お友達とくっつかない。
・2m距離をとる。

