

# ほけながより 7月

令和4年7月 熊谷東小学校 保健室

## けんこうしんだん けっか 健康診断の結果について

4月から始まった健康診断で「異常の疑いがある」と診断された人には、個別にお知らせを出しました。お知らせが届いていない場合は「特に問題はなかった」とお考えください。

また、7月中旬に健康手帳を配付します。

お子さんの健康診断結果を確認し、押印後、担任までご返却ください。



健康診断の結果を  
お知らせします

○

おうちの人と一緒に確認

↓

気になるところは早めに受診

×

丸めてカバンに入れる

↓

何か月もそのままにする

けんこうしんだん 【健康診断】 「治療のお知らせ」をもらったら

はやめにお医者さんにいきましょ

## 夏バテしない生活術



6月の保健室利用者 **227人**

(けが… 165人 病気… 62人)

## ストレスのサイン、見逃さないで



## そうきじゅしん ねが 早期受診のお願い

現在、健康診断結果を受けて、ご家庭より続々と受診報告があがっています。早期受診へのご協力ありがとうございます。

まだ受診していない場合は、夏休みを利用して受診するようお願いいたします。

特にむし歯は、放っておくとどんどん悪くなってしまいますので、早めの受診をおすすめします。



歯科検診でむし歯が見つかった人 **お得!**  
早く治したほうがこんなに



## なつやすみもけんこうに!

<p><b>な</b> おしておこう 調子や具合のよくないところ</p> <p>むし歯などは、この休みを使ってちりょうをすませよう。</p>	<p><b>つ</b> めたいもの あっさりしたものばかり食べてない?</p> <p>一日3食、いろいろな食品でバランスよく栄養をとろう。</p>	<p><b>や</b> りすぎ注意! ゲームやネットは時間を決めて</p> <p>すいみん不足やうんどう不足にならないようにしよう。</p>	<p><b>す</b> いぶんを こまめにとって熱中症予防</p> <p>汗をいっぱいかいたときには塩分も一緒にとろう。</p>	<p><b>み</b> ださない 生活リズムはいつもどおりで</p> <p>休みの間も、はやね・はやおきを心がけよう。</p>
--	---	--	--	---