



なつ やす ごう
夏休み号

堺市立東浅香山小学校
No. 5
令和8年7月16日
保 健 室

がっ き

1学期おつかれさまでした！

みなさんにとって、どんな1学期でしたか？新しいクラス、勉強、学校行事…
新しいことがたくさん毎日でしたね。その中で、楽しいことやワクワクすること、がんばったことが、いっぱいあったと思います。夏休みも元気に楽しく過ごしてください。また2学期にみなさんと会えるのを楽しみにしています！

がっ き
1学期 みんな
よくがんばったで賞



やす
夏休みも
健康に！

先生からのひみつのメッセージ



□ にあてはまることばは何か？ 完成させながらゴールまで進もう！
ゴールした後に①～⑦の文字を数字の順につなげると、先生からのメッセージが浮かびあがるよ！（すべてひらがなで答えてね）

スタート

A やす あいだ がっ ごう い とし
休みの間も、学校に行く時と
同じ時間に起きよう

□ □ □ □ 2



B にち 1日のパワーの源！
しっかり食べましょう

□ □ □ □ □ 1

C しょくじ 食事のあとは毎回しましょう

□ □ □ □ 4



F あつ ひ とく ちゅう い
暑い日は特に注意！
お茶とタオルを忘れずに

□ □ 5 □ □ □ □ □ □

E けんこう しん だん
健康診断のあと、
治療はすませた？
夏休みに行っておこう

□ □ 7 □ □ □ □

D どうろ 道路での事故に気をつけて。
これを守ろう

□ □ □ □ 6 ルール

G スマホやパソコン、
テレビの時間を減らし、
団らんや外遊びの時間をつくろう

アウト □ □ 3 □ □ □

H シャワーではなく湯船に
つかろう。温度はぬるめ

□ □ □



I あした げん き す
明日も元気に過ごすために
早くふとんに入ろう

□ □ □



ゴール

メッセージ



2学期もげ □ □ □ □ □ □ □ へ来てね！

がっ き 暦 けんしつ ＜1学期の保健室＞

(4月8日～7月10日)

びょう き
病 気
けん
321件

すつう ぶくつう
頭痛、腹痛、しんどい
はつねつ
発熱 など

らいしつけんすう
来室件数
けん
1108件

ケ ガ
けん
760件

すりきず、だぼく
いた
ねんざ、痛み など

その他

きがえ、そうだん など



4がつ



あた がつこうせいかつ な からだ
新しい学校生活に慣れるために、体
も気持ちもがんばっている様子でした。
ほけんしつ せんせい か
保健室の先生が変わり、あいさつをし
たりお 話 に来てくれる人もいました。



5がつ



きゅう きおん あ あつ からだ な
急に気温が上がり、暑さに体が慣れ
ていないことで、熱中症 症状 や
たいちようふりよう ひと
体調不良の人がいました。
たいいくたいかい れんしゅう ひと おお
体育大会の練習でケガをした人も多
かったです。当日は、大きなケガは、な
かったです。



6がつ



つ ゆ たいふう えいきょう すつう たいちようふ
梅雨や台風の影響で、頭痛や体調不
良の人がいました。

がっ き で し き
1学期のつかれが出やすい時期なの
か、発熱の人も多かったです。



7がつ



きおん きゅう ど あつ
気温が急に30℃をこえる暑さでし
たが、体調不良の人が少なかったです。
やす し かん みじか たいいく すいらい
休み時間が短いことや体育が水泳と
いうこともあり、ケガも少なかったです。

保護者の皆様へ

日頃よりお子さまの健康観察やご家庭での声かけ、健康診断など学校保健活動に、ご理解とご協力いただき本当にありがとうございます。

7月に入り、暑い日が続いていますが、夏休みに入りましても、お子さまも保護者の皆様も心身ともに健康に過ごされることを願っております。

1学期の健康診断の結果の中で、まだ受診ができていない方は、夏休みのうちに受診されることをおすすめします。お子さまの健康や成長面で気になることやご相談などございましたら、ささいなことでも教えていただけると幸いです。2学期もよろしくお願いいたします。

