

# ほけんだより 7月

宮城県立山元支援学校  
保健室  
令和元年7月1日発行

暑い日が増えて夏本番です。みなさん、夏の暑さに体は慣れましたか？  
学校ではプールも始まりました。子どもたちの、楽しそうな声が保健室にも響いてきます。  
暑さにバテないように夏を乗り切るには、「よく食べ、よく休む」ことが大切です。おうちでも、お子さんの体調には十分に気をつけて様子を見てあげてください。夏休みまでの3週間を元気に過ごしましょう。

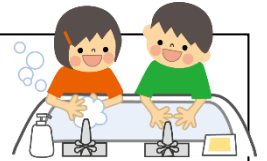
## 7月検診予定

日時	項目	対象	備考
7月2日	耳鼻科検診	小学部 中学部 高等部 あすなろ	耳、鼻、のどをみてもらいます。



暑さに負けない体を作ろう！！

手洗い



の保健指導をしました！！



みんな上手に手洗いができるよ

うになりました！！



こまめな水分補給をしよう



日陰で休憩しよう！



十分な休息をとろう！



バランス良く食べよう！



汗をかく習慣をつけよう！！

