



ほけんだより

令和元年7月19日(金)小原小 保健室 夏休み号

いよいよ待ちに待った夏休み。みなさんはどんな計画を立てていますか？
 ダラダラを続けていると、あっという間に7月が過ぎ、気づいたら8月も終わり！！
 …なんてことも。あわててあれもこれも…とならないように、計画的に、元気に楽しい夏休みを過ごしてくださいね♪



スマホ・テレビ・ゲームに費やしていた時間を使って、いつもと違う新しいことに挑戦してみましょう♪

- ✦ 家族とおしゃべりをする
- ✦ お手伝いをする
- ✦ 読書をする
- ✦ 料理をする
- ✦ 勉強に打ち込む
- ✦ 絵を描く
- ✦ 植物を育ててみる …など



化粧品で肌が荒れる



ネイルで爪が割れる 変形する



ヘアカラーで頭皮が荒れる



カラコンで目に傷がつく



ピアスで耳がただれる

7月11日(木)健康集会がありました！！

今年「健康スタンプラリー」をしました。4つの健康に関するお店のクイズに答えて、スタンプをもらいます。最後は、みんなで咀嚼チェックガムにチャレンジして、ガムの色が変わったらスタンプをもらいました。スタンプは、なんと…戸高先生の手作りです！そして、約1ヶ月前から準備や練習を重ねてきた保健委員さんたち、とてもよくがんばりました。みんなのおかげで楽しい集会になりました♪



楽しい時間を過ごせた喜び、楽しんでくれてありがとう