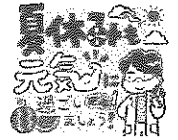


7月のほけんだよ

暑さに負けるな!

7月には「ナイスの日（13日）」という記念日があるようです。アニメ映画が由来になっていて、素敵なことを探す日なのだそうですよ。「疲れた、もうダメだ」と思うより「よくがんばった。えらいぞ自分！」と褒めてあげる方が、良い結果につながるという研究データもあるようです。



保健関係の健診・検査・測定終わりました。

4月から始まった保健関係の諸検査が、全て終わりました。医療機関に行つて欲しい人には、勧告書をお渡ししました。まだ、治していない人は、夏休み中に治してくださいね。

突然ですが、なぜ、健康診断をするのだと思いますか？諸外国では、子どもの健康は各家庭で管理しているようです。日本のように学校で健康診断を実施するのはとても珍しいようです。日本では明治時代から学校で健康診断が行われるようになりました。自分自身の体のことを知るために、健康診断はあるのだと思います。各健康診断の後には「ここを治しましょう」という用紙、勧告書が出ます。治す必要があるから出る用紙です。ここ何年もむし歯を治療していない人もいますよね。今はいいかもしれませんが、後々支障が出てくるかもしれません。自分自身の健康の結果が出て、治した方がよいという勧告書をもった人は、この夏休みにぜひ受診して治療をして欲しいと思います。夏休み明けの9月上旬には、身長と体重の測定を予定しています。どのくらい大きくなっているのか、もしくは減ってしまったのか。また、測定時に体についてのお話もしたいと思っています。楽しみにしててくださいね。

虫刺されの人がすごく多いので、一口メモです！

蚊が好きな色は何色!?

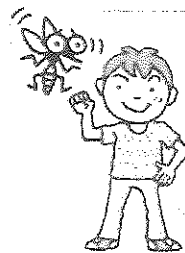
かゆ〜い！
蚊に刺された！
チュ〜チュ〜と血を吸い、
肌をかゆくさせて、みんな
を困らせる“蚊”。

そんな蚊は、ある色の服を着ている子が大好き。何色かわかりますか？

白色

黄色

黒色



服でできる蚊対策!

白色など明るい色の服を着よう

長そでや長ズボンで、
肌が出る部分を減らそう

もうすぐ楽しい夏休みが待っていますね！暑いからといって冷たい物ばかり食べたり、冷房の温度を下げすぎたりすると、体を冷やす生活習慣になってしまいます。これは夏バテの原因となりますので気をつけましょうね。2学期にも元気な笑顔に会えますように！楽しみにしていますね！

