



ぜんこうとうこうびごう 全校登校日号②

れいわ ねん がつ にち
令和6年8月22日
ひがしのしょうがっこう
東野小学校
ほけんしつ
保健室

もう少して長かった夏休みが終わります。今年はどうな夏休みをすごしましたか？みんなからたくさんの楽しかった話が聞けることを楽しみにしています。まだまだあつい日が続くので、熱中症に気をつけてすごしてくださいね。

新学期の準備はOK?

生活リズムチェックカード



毎日ちゃんと書けていますか？書きわすれがあったら、学校がはじまる前に書いておきましょう。カードのうらはみがかきカードにも色をぬりましょう。

はみがきセットの準備



2学期からは毎週金曜日にはみがきセットを持って帰ることにしています。毎週お家でコップをあらひ、はぶらしの毛先が開いていたら新しいものにかえて月曜日に持ってきてきましょう。

生活リズム



夏休みの間もきそくが正しい生活ができていましたか？学校がはじまってからリズムをもどそうとしてもなかなか体がなれてくれません。早ね早起きを意識して体の準備をしておきましょう。

夏休みをふりかえろう！！

自分の夏休みの生活をふりかえり、あてはまるものにチェックしよう！いくつかチェックがつかないかな？

毎日決まった時間に起きた

毎日朝ごはんを食べた

1日3回はみがきをした

1日1回運動をした

毎日お手伝いをした

ゲームの時間を決めて守った

おうちの方へ

夏休み生活リズムチェックの取組へのご協力ありがとうございます。残りの期間もよろしくお願いいたします。夏休みの間に受診された方は、治療報告書のご提出をお願いします。なくされた場合は再発行いたしますのでお知らせください。