

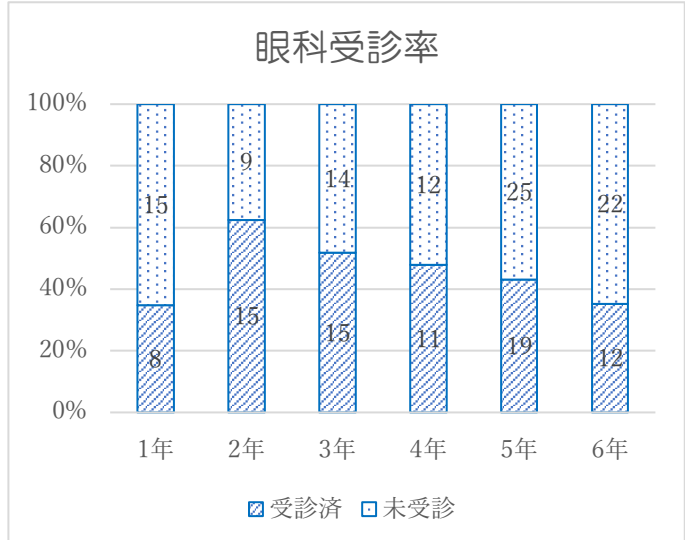
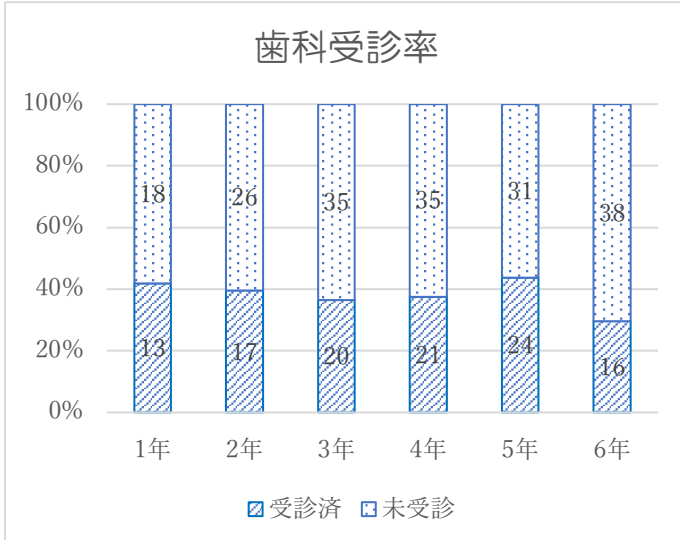


2022. 12. 22
 五島市立緑丘小学校
 保健室：吉川 知佳

おうちのひとといっしょによんでください。

あしたから冬休みですね。今年1年健康的に過ごすことができたか、自分の生活をふり返ってみましょう。「できた」と思う人は、ぜひその生活を来年も続けてください。また、「できなかったな」と思う人は、生活を見直す機会にしてみてください。また1月に元気なみなさんに会えるのを楽しみにしています。

～2学期までの歯科・眼科受診率～



歯科37.8%、眼科45.2%となっています。ぜひ、冬休み中に時間を見つけて受診をしてもらいたいと思います。からだの良くないところをそのままにしておくと、そこから日常生活にも影響がでてきます。定期的に、からだのメンテナンスも行いましょう。受診が終わったら、用紙の提出か連絡帳にて学校までお知らせください。

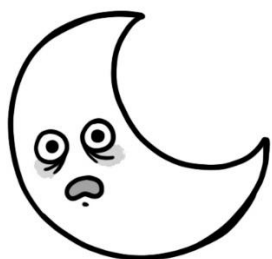
冬休みの生活習慣の乱れの原因は...コレかも！

☆ダラダラ



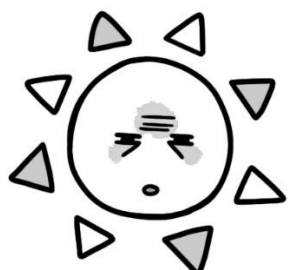
ダラダラとずいずい
 きそくただ正しい生活を送ろう！

☆ヨラカシ



寝不足だと免疫が下がり
 疲れもとれないよ！

☆アサネボ



早く寝ないと
 朝早くに起きられないよ！

☆タベスギリン



年末年始は
 食べすぎないように！