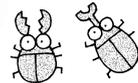


ひまわり夏休み号

令和7年7月大石南小学校保健だより

～ げんきなところ げんきなからだ ～



* な つ や す み の 過 ぎ し 方

な おしておこう!

けんこうしんだん み
健康診断で見つかった

き
気になるところ

→夏休み明けに、受診報告書を提出しましょう。

つ づけよう!

はや はやお あさ
早ね 早起き 朝ごはん



み んな元気に

すごしてね!

や りすぎ注意!

ゲームやスマホは

じかん き
時間を決めて

す いぶんは

こまめにとろう!

*かみなりが鳴りはじめたら…身を守るために知っておきたいこと!

かみなり
《雷しゃがみ》

ひろば き
広場や木から

はな いじょう
離れる(4m以上)

たてもの くるま
建物や車に

ひなん
避難する

さいしゅうしゅだん
最終手段は

かみなり
雷しゃがみ



- ①姿勢を低く
- ②耳をふさぐ
- ③足をそろえる
- ④つま先立ち

*こんな場所には気をつけよう!



ひとけ
人気のないところ



た い きんし
立ち入り禁止のところ



ゆうえいきんし
遊泳禁止のところ