

ほけんだより



令和7年度冬休み
内原特別支援学校
保健室

あした
明日からいよいよ冬休みが始まります。おいしいものを食べたり出かけをしたり、楽しみな
ことたくさんありますね。お休みの間もけがや病気に気をつけて過ごしましょう。3学期に
げんき
元気みなさんに会えることを楽しみしています！

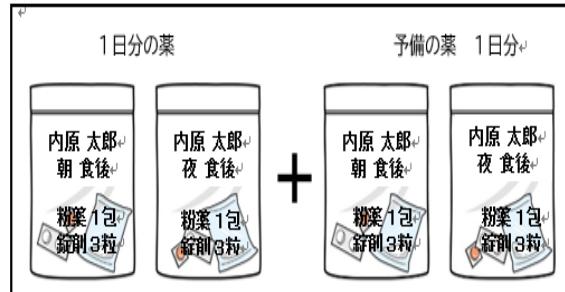


＜保護者の皆様へ＞

学校でお預かりしている災害時用のお薬を一度お返しします。使用期限等をご確認の上、
3学期に再度ご提出ください。その際、服薬されている薬の種類や量に変更がありましたら、担任をおしてお知らせください。どうぞよろしくお願ひいたします。

☆ご確認ください☆

- ・1回分ずつ袋に入れてあるか。
- ・2日分の薬を1つの袋にまとめて入れてあるか。
- ・袋に名前等の記載があるか。
- ・薬の量の変更はあるか。
- ・使用期限が切れていないか。



ふゆやすみを げんきに すごそう！

☆はやね・はやおき☆

がっこうが あるひと おなじじかんに ねて
おきよう！



☆あさ・ひる・よる しっかりごはんをたべる☆

クリスマスや おしょうがつは たべすぎに
ちゅうい！



☆ゲームや テレビは じかんをきめて☆
ダラダラ つかわずに めをやすめる じかんを
つくろう！



☆からだを うごかす☆

うんどうや あそびで げんきに うごいて
めんえきりよくを アップ！



☆てあらい・うがいを わすれずに☆
からだのなかに はいるまえに ウイルスを
やっつけよう！



☆たべたあとは はをみがく☆

しっかり みがいて ぴかぴかのはを
たもとう！

