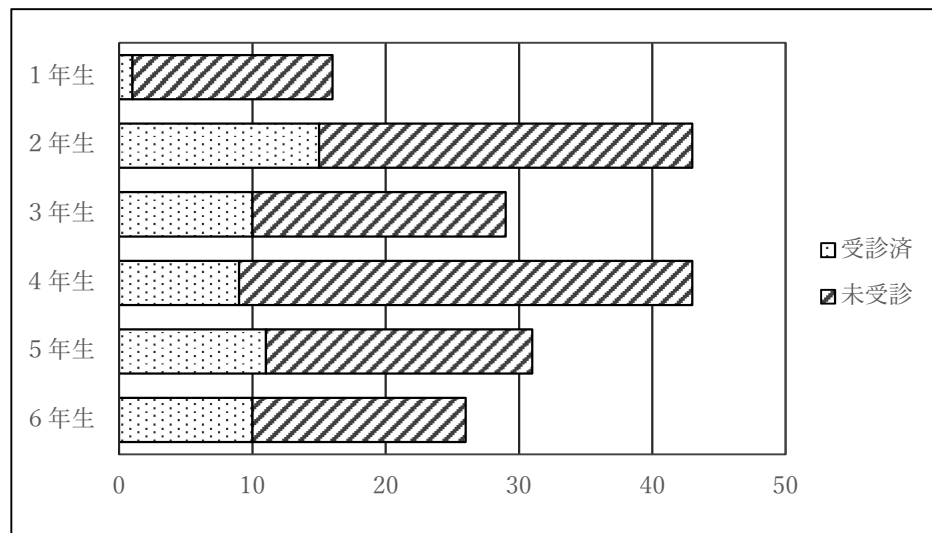


受診・治療届が
届いています！

さっそく健診後の受診・治療に行った人が多くて、うれしく思います。
中でもむし歯はほうっておいて治るものではありませんので、まだの人は早めに受診する
ようにしましょう。

4月の歯科検診でむし歯が見つかった人は、188人いました。
そのうち、歯科を受診した人（6月21日時点）は56人（29.8%）です。
学年別でみると、下のグラフのようになります。



受診する人が多い歯科と眼科の受診率向上のために保健委員のみ
さんがパズルを作ってくれました！
受診した人が増えるとパズルがうまっていくしくみになっています。
早めの受診・治療でパズルの完成をめざしましょう！
保健室前にかざっているので見に来てくださいね。

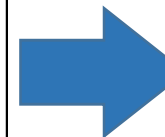


夏やす
生活チェック

1日のおわりにふりかえってみよう！



- 朝早く起きることができた
- 朝ごはんをしっかり食べることができた
- 水分をこまめにとることができた
- 外へ出るときは、ぼうしとタオルとすいとうをもっていった
- 休けいしながら元気に運動することができた
- 家に帰ったら手あらいうがいができた
- お風呂に入って体をきれいにすることができた
- 夜ふかしせずに早く寝ることができた



チェックが8個の人
夏やすの生活はパーフェクト！
この調子でつづけましょう。

チェックが2～4個の人
夏をのりこえるには少し不安！これ
から生活リズムを整えましょう。

チェックが5～7個の人
いい調子です！できていなかった
ところもがんばってみましょう。

チェックが0～1個の人
体調をくずしていませんか？でき
ることから1つずつ始めましょう。