

# ほけんだより 5がつ

NO.2 H30.5.14

文京区立大塚小学校 保健室

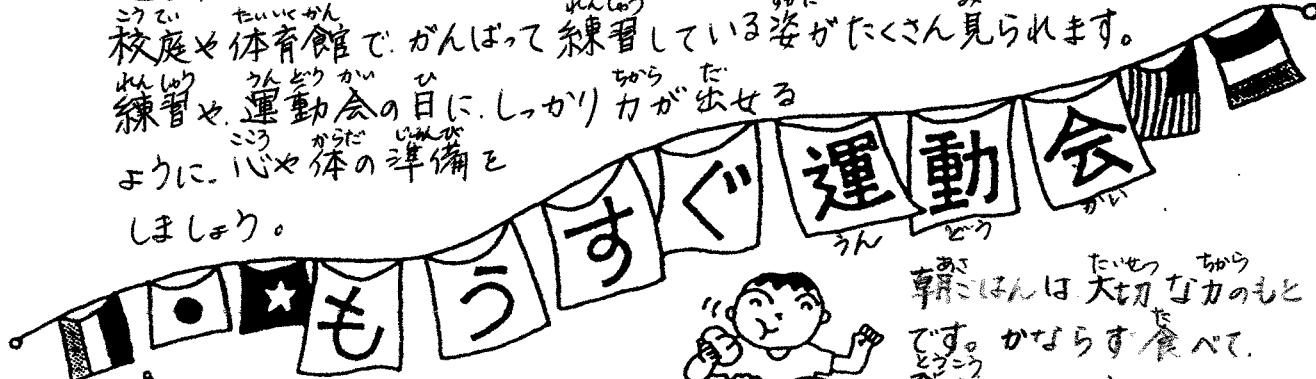
運動会まで、2週間となりました。

校庭や体育館で、がんばって練習している姿がたくさん見られます。

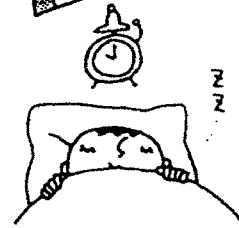
練習や、運動会の日、しっかり力が出せる

ように、心や体の準備を

しましょう。



朝ごはんは大切な力のもとです。かならず食べて、登校しましょう。



ふたんも早く起きるよう、にびがけ、一昔のつがれをしっかりととりましょう。



準備運動をしっかりとやりましょう。思い思いに走り、練習したりすると、思わぬけがのもとになってしまいます。

## 汗のしまつをしっかりと

あつい日が多くなりました。休み時間や運動会練習のあとには、汗びっしょりになっている人がたくさんいます。タオルやハンカチを、わすれずにもってきて、しっかりとふくようにしましょう。あつさにまけないよう、水分もしっかりととるようしましょう。



つめのびていると人をきずつけたり、つめがはがれたりして、とてもあぶないです。自分のためにも、友だちのためにも、わすれずに切りましょう。足のつめをわすれずに!!

## 学校医・学校歯科医・薬剤師の先生方

今年度から、眼科校医がかわりました。今年度より、以下の5人の先生方にお世話になります。

- 内科** 守田 大吉先生 (やすだクリニック) 大塚4-45-4 3945-5055
- 眼科** 安田 敏子先生 (やすだクリニック) 大塚4-45-4 3945-5055
- 耳鼻科** 赤池 洋先生 (赤池耳鼻咽喉科医院) 千石4-40-2 5976-3355
- 歯科** 石川 晃史先生 (石川歯科) 大塚3-38-4 3946-8697
- 薬剤師** 松本 和子先生 (木下薬局) 大塚4-1-15 3941-3551

## 健康診断が終わりました

あうちのかたへ

4月からおこなってきました、今年度の定期健康診断が終わりました。提出物の御協力など、ありがとうございました。受診したほうがよい人や、経過観察が必要の人には「お知らせ」の紙をわたしました。検査機関の検査結果が、そろい。全員の記事が、おわりした「けんこうのきろく」をお返しします。(運動会がおわった後ごろに返す予定です) この機会に、自分の体の調子や健康について考えたり、生活をふりかえったりしましょう。



## 運動器検診について...

一昨年度から始めた、運動器検診。今年度も問診票への記入を、ありがとうございました。御家庭でチェックが、ついていたおひなさんは、内科検診の際、校医先生が、一人一人確認をしまして、チェックをしたけれど、受診のお知らせが届いていない方は、今のところ、特に心配のない方ですので、御家庭での経過観察をお願い致します。

心配なこと... 不明なこと... ありましたら、いつでも、保健室にお知らせください。