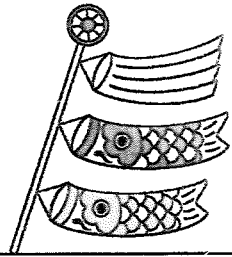


ほけんだより 5がウ

No.2

2019.5.15

文京区立大塚小学校保健室



4月には、季節はぐれの影響が流行し、学級閉鎖を
するクラスもありました。今は、おちついていますが、今度、長い
連休で、生活リズムがくずれてしまったり、つかれ、暑さから体
調をくずしてしまっている人もいます。暑さになれていないこの
時期には、特に体調管理に気を付けましょう。

学校医・学校歯科医・薬剤師の先生方

今年も、健康診断はもちろん、日常でもお世話になる5人の先生方です。

- 内科** 安田 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

もうすぐ運動会!!

あさごはんを
しっかりたべよう

毎日の練習が、しっかりと安全にできるように、そして、練習の成果
が、当日しっかりとだせるために自分でできることは、何か考えてみよう

あせふきタオルを
もってきて、あせを
かいたり
ふこう

運動のあとは
てあらいや
うがいを
しよう

自分や友達が
けがをしないよう
に、手足の
つめを
きろう

お風呂やシャワーで
つかれをとって
体をせいけつに
しよう

夜はいつもより
早めにねよう

健康診断について

あうちの
方へ

4月からおこなってきました。今年度の定期健康診断が、もうすぐおわり
ます。提出物のご協力など、ありがとうございました。受診したほうが、いいや、経過観察
が、必要な人には「お知らせ」を渡しました。
検査機関の結果がそろい、全員の記入が
おわりましたら、「きろく」を、お渡しします。
(運動会が終了ころの子役です。)



この機会に、お子さんと一緒に、体の調子や
健康について、また、ふたんの生活のリズムなど
について、話けりふりかえったりすることが、でき
ればと思います。今年度から「けんりのきろく」が、かわります。くわしくは、「きろく」を、
お渡しする際、説明プリントも西布しますので、まよお読みください。

運動器検診について

ご家庭で、チェックしていただいた問診票をもとに、内科検診時に一緒に
行います。チェックが、ついでに、人は、校医先生が、一人一人確認をしまして、「できな
い」に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、特にい
ない方です。ご家庭での、経過観察を、お願いいたします。