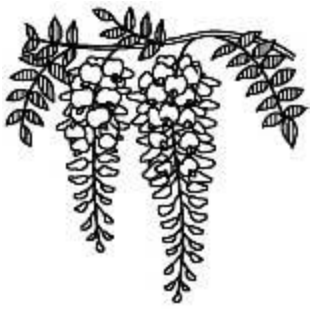


# ほけんだより 5月

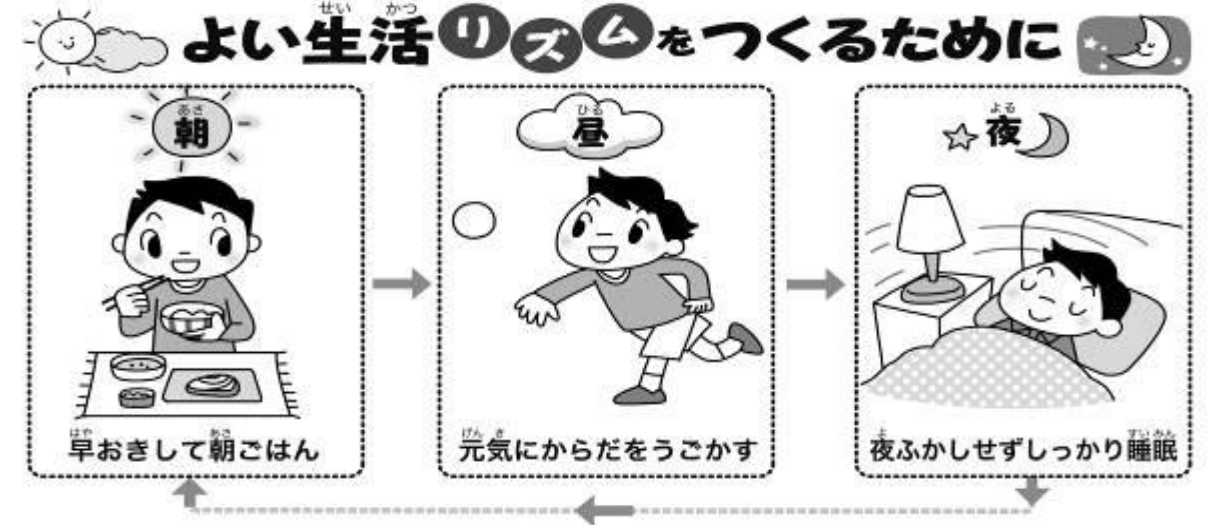
令和3年4月30日(金)  
練馬区立南が丘小学校  
校長 後藤 京子  
養護教諭 伊藤 裕子

## 元気のひけつは、規則正しい生活リズム

校庭の藤が美しい花を咲かせています。さわやかな風がふく新緑の季節になりました。  
新学期が始まって1ヶ月がたちました。新しい生活になれてホッとこの時期は、今まで緊張していた分の疲れが出やすい時期でもあります。  
規則正しい生活リズムを心がけ、体調を整えて、毎日元気いっぱいにご過ごせるようにしましょう。



## 家庭数配布



## 5月の保健行事

11	火	耳鼻科健診(全学年)
13	木	眼科健診(全学年) 尿検査容器等配布
14	金	尿検査(1回目)提出日
31	月	尿検査(2回目:未提出者・二次対象者)提出日

### 保健室に来たときはこんなことをお話ししてね

どこが? どの部分のぐあいが悪いのかな。  
いつから? ぐあいが悪くなった・ケガをしたのはいつからかな。  
どんなふう? どの部分に痛い・ぐあいが悪いのかな。  
どうして? 何をしていた、ケガしたのかな。

### 5月の保健目標

こころ からだ けんこう  
心と体の健康づくりをしましょう

## お世話になる校医の先生方です

- 内科: 磯部 幸雄 (いそべ ゆきお) 先生: いそベクリニック
- 耳鼻科: 友松 英男 (ともまつ ひでお) 先生: 友松耳鼻咽喉科気管食道医院
- 眼科: 船田 みどり (ふなた みどり) 先生: 高野台眼科
- 歯科: 鏑木 秀昭 (かぶらぎ ひであき) 先生: かぶらぎ歯科
- 薬剤師: 露木 ふたば (つゆき ふたば) 先生

## おうちの方へ

**【緊急事態宣言が発令されています】**  
緊急事態宣言が発令され、東京都教育委員会から、新型コロナウイルス感染症対策の一層の徹底についての依頼がありました。「新型コロナウイルス感染症の変異株による割合が急速に増加していることを踏まえ、これまで以上の危機感をもって、感染症対策を一層徹底していただくとともに、児童・生徒等の体調が悪い時は休養させるなど、保護者の皆様に周知いただくようお願いいたします。」とありました。お子様の体調が悪い時は無理をさせず、欠席させるようお願いいたします。

**【5月14日(金)は尿検査の提出日です】**  
5月14日(金)の朝、起きたらすぐに尿を紙コップにとり、採尿容器に尿を8分目まで入れ、キャップを押した後、時計回りにひねり、しっかり閉まったのを確認してから、青い提出袋に入れて、学校に提出してください。

5月13日(木)に紙コップ、採尿容器、提出袋を配布する際「腎臓病健診(尿検査1回目)の実施について」のプリントもお配りします。今年度より、採尿カップ、提出用の尿の容器(蓋の閉め方)、提出方法(青い袋に入れて提出)が変更となりましたので、お子様と一緒によくお読みいただき、当日の朝、忘れないようにお声掛けをお願いいたします。(トイレの内側のドアにテープで容器を貼っておくのがオススメです。)