



杉並区立高井戸第二小学校
校長 前田 佐和子
養護教諭 嘉山 幸子
平成29年5月8日 No.1

心も体も元気にスタート！

新年度が始まって1か月がたちました。みんな新しい学年になり、はりきっている様子がうかがえます。



わたしがみんなの元気を応援する
養護教諭の 嘉山 幸子です。
よろしくお願いします

まずは、保健室はどんなところか、簡単に紹介します。

こんなときは保健室へ



学校でけがをした、
ぐあいが悪くなった



相談したい、
話を聞いてほしい



からだやこころのこと、
健康について知りたい

こういう時は必ず担任の先生か保健室に伝えてね。

学校医の先生を紹介します！

【内科】石田 元比古先生
【眼科】広沢 和代先生
【耳鼻科】大谷 幸子先生
【歯科】古屋 光浩先生
【薬剤師】福田 美穂子先生



★健康診断がはじまりました★

健康診断は、自分の体がどれくらい成長しているか、毎日健康に生活するために病気などがいないかを調べます。病気などが見つかった時には早めにお医者さんにみていただきましょう。

★前の日は…



お風呂に入って
からだを清潔に



耳そうじを
しておく



手と足のツメを
き切っておく

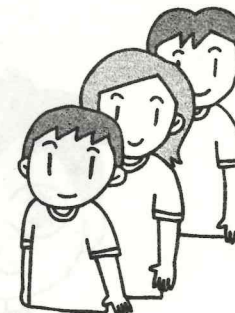


早く寝て
ゆっくり休む

★当日は…



清潔な下着を
きてくる



きちんとならんで
静かに待つ



前の人のやり方を
よく見ておく



校医の先生へのあいさつ、
返事ははっきりと

5月ほけんもくひょう

生活リズムを整えよう