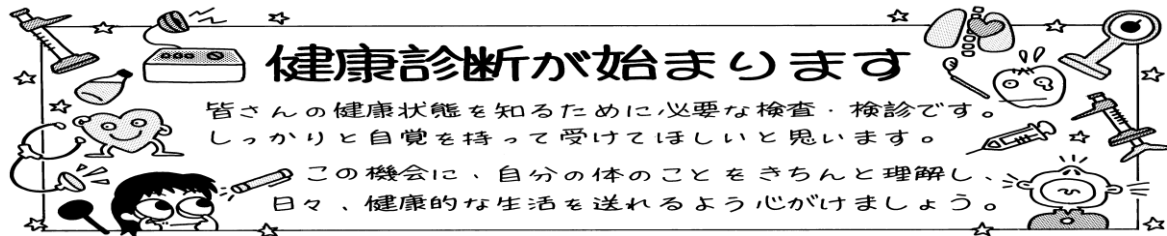




いよいよ新学期が始まりました。新1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。また、2・3年生のみなさん、ご進級おめでとうございます。

新しい教室、新しい担任の先生、新しいクラスメート…。春は、たくさんの出会いがある季節です。もしかしたら、あなたの人生を変えるような出会いがあるかもしれません…。ドキドキ、ワクワクしますね。みなさんに、よい出会いがあることを心から願っています。

やる気や希望に満ち溢れるこの4月ですが、反対に、慣れない新環境での生活を頑張りが過ぎて、少しずつ疲れがたまって体調を崩しやすい時期でもあります。「慌てず」「焦らず」「自分のペース」を忘れずに生活を送ってください。また、「バランスの良い食事をとる」「十分な睡眠をとる」「適度な運動をする」など、基本的な生活習慣を整え、心も身体も健康な生活を送れるようにしていきましょうね！



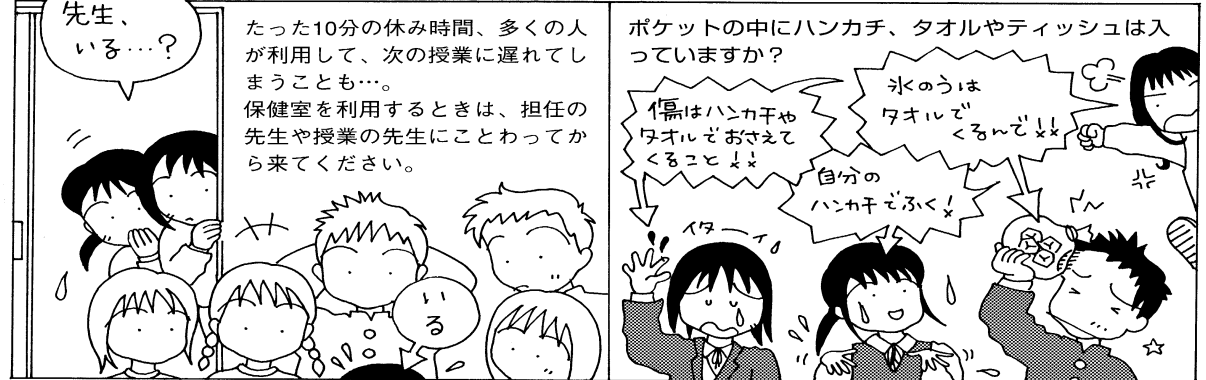
学校における健康診断には、「成長の状況を把握すること」「潜在する病気を早期に発見し、適切な措置を講ずること」「生涯の健康のための教育」などの目的があります。

今年度も、主に4月から6月にかけて健康診断が集中して予定されています。ぜひ、自分の身体の成長に興味関心を持ち、身体に異常がないか確かめてください。

☆校医の先生方を紹介します☆

- 内科 …… 皆川 憲弘 先生 (皆川病院)
- 岩崎 秀生 先生 (岩崎病院)
- 歯科 …… 岩元 健太郎 先生 (岩元歯科医院)
- 倉沢 泰正 先生 (倉沢歯科医院)
- 眼科 …… 小沢 忠彦 先生 (小沢眼科内科病院)
- 耳鼻 …… 飛田 忠道 先生 (水戸協同病院)
- 薬剤師 …… 山本 大 先生 (つくも薬局)

保健室 **みんなが利用する保健室。マナーを守ってください!**



**アタマも体操!! パズル&クイズ**

☆ ①~⑤のヒントから答えを□と◇に当てはめてください。縦に◇を読むと、みなさんに毎朝忘れてほしくないあるものが表れます。さて、为什么呢? 探しあてて、ぜひ忘れずに行ってください^^ (答えは下にあります)

〈ヒント〉

- ① 「ピン!」とひらめくものです。
- ② 入学式の時期に咲いている花です。
- ③ 青・黄・赤といえは?
- ④ 小さいガラスや石を指ではじいて遊ぶものです。
- ⑤ 危険がせまると、くさいオナラをする動物です。

① □ □ で い◇

② ◇ □ ら

③ し □ ◇ □ □

④ □ ◇ □ き

⑤ □ か ◇ □

771234

✿ 保護者の方へ ✿

学校医の先生を招いての健康診断が、来週から始まります。事前にお配りしてある「定期健康診断日程のお知らせ」をご覧ください、お子さんが受診できるようご協力ください。また、健康診断の結果により、医師の診察・治療が必要と認められた場合には、「受診勧告」をお渡ししますので、早めに受診されるようお願いいたします。

保健室の <sup>いつか</sup>飯塚 <sup>しおり</sup>紫織です。みなさんの心と身体の健康を守るお手伝いをします。よろしくお願ひします。