

ほけんだより 10月号

令和7年9月30日
板橋区立中根橋小学校

10月8日は骨と関節の日

ホネの「ホ」は「十」と「八」に分けられるため、「十月八日」は「骨と関節の日」だそうです。骨は、①体を支える、②体を動かす、③臓器を守る、④血液をつくるといった、身体にとって大事な働きがあります。たっぷり寝る、バランスよく食べる、休み時間は身体を動かすなど、骨が成長できるように生活しましょう。

10月の保健目標 目を大切にしましょう。

近くで見る、顎を上げて見る、目を細めて見る、片眼を閉じて見る
視力が落ちているサインかもしれません。定期的に受診をしていない場合は、眼科で相談してみましょう。

保護者の皆様へ

健康診断から半年が経ちました。お子様の受診はお済みでしょうか。むし歯や視力は、進行する可能性があります。お早めに医療機関の受診をお願いします。

秋の歯科健診について

秋の歯科健診では、基本的に「むし歯の有無」を歯科校医さんに診ていただきます。結果は治療が必要なお子さんにのみ配付します。お知らせを受け取ったら、お早めに医療機関を受診してください。

日程	クラス
15日(水)	2年生・3年生・4年1組・5年2組・6年1組
16日(木)	1年生・4年2組・5年1組・6年2組、6年3組

榛名移動教室前健診 ～5年生～

10月1日(水) 13:15から、内科校医による事前健診を行います。

保護者の方に記入していただいた保健調査票と、子どもたちが記録した健康の記録をもとに健診を行います。当日は「健康の記録」を忘れないようご確認ください。忘れた場合は、保護者の方に学校へ持ってきていただくことになります。未受診の場合は、移動教室に参加できません。

持参薬の追加・変更がある場合は連絡帳等で各担任にご連絡ください。