



ほけんだより



令和2年7月22日
大分県立別府支援学校鶴見校
第3号 保健部発行



長^{なが}かった梅^{つゆ}雨^だがもうそろそろあ^あま^まあ^あけ、いよいよこれから夏^{なつ}本^{ほん}番^{ばん}です^すね。30度^どをこ^こえ^える暑^{あつ}い日^ひが^{つづ}続^{つづ}きます。暑^{あつ}くなり始^{はじ}め^めのこの時^じ期^きは、体^{からだ}が暑^{あつ}さに慣^なれてい^いないた^ために、調^{ちょう}子^しを崩^{くず}しやす^{やす}くなりま^ます。い^いつもい^いじょう^{じょう}に、生^{せい}活^{かつ}リズ^{リズム}ムに気^きをつ^つけ、元^{げん}気^きに過^すごせ^せるよ^ように心^{こころ}が^がけま^まし^しょう。ま^また、暑^{あつ}くなると食^{しょく}欲^{よく}がな^なく^くな^なって体^{たい}力^{りよく}がな^なく^くなり、病^{びょう}気^きにか^かかりやす^{やす}くなるこ^ことが^があ^あります。栄^{えい}養^{よう}のあるもの^{もの}を^をし^しっかり^{かり}食^たべ^{あつ}て暑^{あつ}さに負^まけ^けないよ^ように^にしま^まし^しょう！

そ^そして、今^{いま}日^ひは1^{きゅう}学^{がく}期^きの終^{しゅう}業^{ぎょう}式^{しき}です。2^に学^{がく}期^きを元^{げん}気^きにむか^かえ^えるた^ために、夏^{なつ}休^{やす}みも生^{せい}活^{かつ}リズ^{リズム}ムを^をき^きち^ちん^んと整^{ととの}え^えてお^おき^きま^まし^しょう。8^{はち}月^{げつ}2^に4^{じゅう}日^{じつ}の始^{しじょう}業^{ぎょう}式^{しき}に^にみ^みな^なさ^さん^んの夏^{なつ}休^{やす}み^みの思^{おも}い^い出^でを^をき^きか^かせ^せて^てくだ^{くだ}さい^いね。成^{せい}長^{ちやう}した^たみ^みな^なさ^さん^んと^とあ^あい^いあ^あう^うの^のを^をた^たの^のし^しら^らし^しめ^めに^にして^{して}いま^{いま}す！



夏バテ こんな人は要注意！

冷たいもの大好き！

胃腸が冷やされて
食欲が落ちていませんか？



クーラー大好き！

設定温度は
低すぎませんか？

夜ふかし大好き！

遅くまでゲームやスマホを
していませんか？



けんこうしんだん
健康診断が
お
終わりました

今年度のすべての健康診断が終了しました。問診票の記入等、ご協力ありがとうございました。
7月に実施した健康診断の様子を載せています。どうぞご覧ください。

じびかけんしん
耳鼻科検診

7/13(月)に、福田先生が来校され、丁寧に耳鼻科検診をしていただきました。耳、鼻、のどの状態を丁寧に診ていただきました。



しかけんしん
歯科検診

7/16(木)に、加賀谷歯科医院の加賀谷先生と歯科衛生士さんが2名来校され、丁寧に歯科検診をしていただきました。むし歯だけでなく、顎関節の状態やかみ合わせ、歯垢・歯肉の状態も診ていただきました。



がんかけんしん
眼科検診

7/17(金)に岡田眼科医院の岡田先生と看護師さんが来校され、目の病気や見え方の異常がないか丁寧に検診をしていただきました。みなさん上手に検診を受けることができました!

