



桜の花びらが散って寒さも少し和らいだ日も少しずつ多くなっています。日常の変化に体調管理はとても大切です。衣服の調節をしていきましょう。

先日、身長、体重、座高を測定しました。高校生になると身長の伸びが、ほんのちょっとずつになり寂しい感じですが、そのちょっとをしっかり伸ばしつつ、またちょっとずつ心も成長させていきたいですね。(結果は、連絡帳にお知らせしました。)

明日23日(木)に尿検査を実施します。朝一番の尿をお願いします。

＜尿検査では何を調べるの?＞→腎臓の働きを調べます。

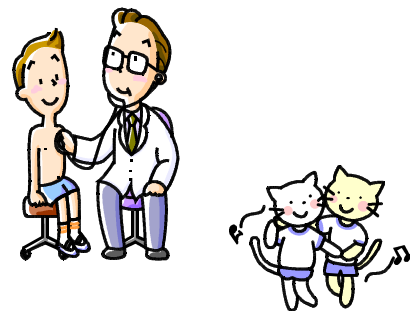
腎臓は、そらまめのような形をしたにぎりこぶしぐらいの大きさの臓器で腰のあたりに左右対称に2個あります。

忘れないで持ってきてきましょう。

- 1 体から、いらぬものを外に出します。
- 2 血圧を調整します。
- 3 血液をつくる司令官です。
- 4 体液量、イオンバランスを調整します。
- 5 強い骨を作ります。

校医の先生紹介

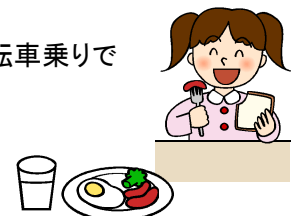
- 内科 佐藤マタニティクリニック 佐藤英二先生
 いわき平心療内科 熊谷一朗先生
 歯科 あきもと歯科医院 秋元秀典先生
 検診医
 眼科 木村眼科クリニック 木村肇一郎先生
 耳鼻咽喉科 おおいし耳鼻咽喉科 大石剛資先生



美味しい給食 約750キロカロリー

(ポテトチップス1袋を消費するためにな約480キロカロリー:早歩き、自転車乗りで1時間半が必要です。)

登下校が送迎になってしまうとカロリー消費が思うようにできません。意識して歩いたり、運動したりと積極的に体を動かしましょう。



心電図検査が5月に予定されています。1年生は全員無料で実施します。

2年生については希望者です。(1,512円)希望者は担任の先生まで連絡ください。

