

きらきらひかる



栃木市立赤麻小学校 ほけんだより No.6 平成28年10月4日発行

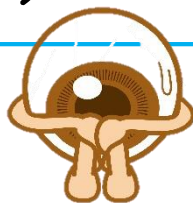
朝晩に肌寒さを感じる日が増え、だんだんと秋の気配が感じられる季節になりました。上着を持って出かけるなど、衣服の調節をこまめにして、風邪をひかないように注意しましょう。

10月10日は目の愛護デー

大切な目に、やさしい生活をしよう

目のつかれ度チェック

一つでも当てはまれば、つかれてるかも！



- 物が二重に見えることがある
- 目がすぐに乾く、なみだが出る
- 目のまわりがいたい
- 頭痛や吐き気がある
- 肩や腰がこっていたい
- ねむれないときがある
- 1日1時間より多く、パソコンを使う
- 1日1時間より多く、ゲームをする



9月の身体計測の結果



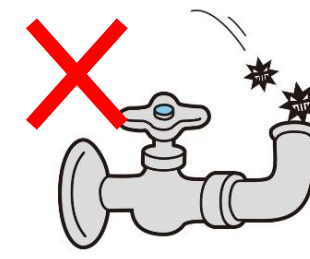
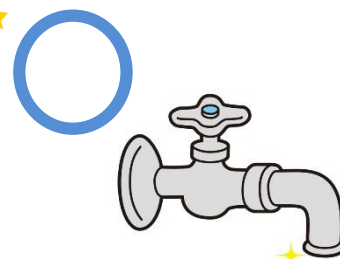
各学年、男女別の平均身長・平均体重です。伸びは、4月からの変化を表しています。

	男子				女子			
	身長	伸び	体重	伸び	身長	伸び	体重	伸び
1年	118.5	+2.5	23.1	+1.1	119.0	+3.0	22.5	+1.3
2年	123.9	+2.3	25.5	+1.5	124.3	+2.2	25.1	+1.4
3年	131.0	+2.4	28.8	+1.3	132.3	+3.0	31.2	+2.5
4年	133.7	+2.1	31.3	+2.1	137.6	+3.3	35.4	+3.4
5年	140.3	+2.1	36.1	+1.4	140.7	+3.1	34.2	+1.5
6年	148.6	+2.1	43.5	+2.6	151.4	+2.3	41.8	+1.2



ひとりひとり、体の大きくなるスピードはちがいます。小学生でぐーんと大きくなる人、のんびり少しずつ大きくなる人…。人と比べて、悲しんだり喜んだりしないで、自分の成長をみてみましょうね。

あかまっこのみなさんへお願い



いい住みかを見つけたぞ

水道をみていると、じゃ口が上を向いているのをみかけます。上を向いたじゃ口の中には、パイキンや砂・ホコリが入りやすくなっています。うがいなどをした後は、次に使う人のために、下向きにしてくださいね。