

ほけんだよい



おうちの人と
いっしょに
よみましょう



今月の保健目標

けがに気をつけよう

- ☆ 身体計測の結果について
- ☆ 生活リズムを見直そう
- ☆ 保護者の方へ

あつという間に2学期のスタートです

楽しかった夏休みもあつという間に終わり、2学期が始まりました。久しぶりに元気よく登校する児童のみなさんの姿を見て、夏休みを安全に楽しく過ごせたことが伝わってきました。

2学期は、オープンスクールや持久走大会等の大きな行事も多くありますが、インフルエンザ等の感染症が流行しやすい時期でもあります。健康には十分気をつけて生活を送りましょう！

身体計測の結果



第2学期の身体計測の結果をお知らせします。4月の身体計測の結果に比べ、みなさんとても大きくなりましたね。これからの成長が、ますます楽しみです。

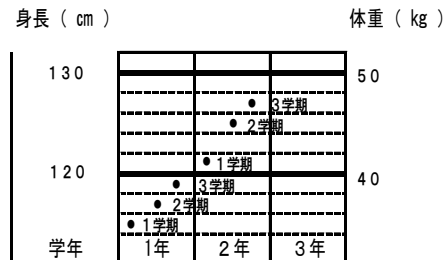
↓ 2学期 本校児童の体位平均

区分	身長 (cm)	体重 (kg)	
男子	1年	118.1	23.2
	2年	124.7	28.6
	3年	130.3	29.3
	4年	136.6	31.6
	5年	134.6	30.1
	6年	154.5	46.6
女子	1年	117.8	21.3
	2年	119.2	23.2
	3年	126.7	29.6
	4年	139.1	31.9
	5年	142.8	38.5
	6年	150.4	44.9

保護者の方へ

お知らせとお願い

お子さんの身体計測の結果は、健康のため「わたしのからだ」を通してお知らせします。内容をご確認の上、ご家庭で身長と体重のグラフの記入をお願いいたします。



※ 身長は黒色、体重は赤色でご記入ください。

※ 表紙に押印の上、袋に入れて

9月26日までに学校へお戻しください。

生活リズムを見直そう

夏休み明け、生活習慣チェックシートを実施しました。みなさんの生活の様子を見てみると、寝る時間が遅い人や、運動がなかなかできない人がいるようです。あなたは規則正しい生活習慣で過ごすことはできましたか？2学期を元気に乗り越えられるように、生活習慣を整えましょう！

早起き・早寝をする



朝ごはんを食べる



外遊びをする

まだまだ暑いので、帽子、こまめな水分補給・休憩を忘れずに！



保護者の方へ こんな時はお知らせください！

○ お子さんの体調について

- ・ 夏休み中の大きな怪我や病気
- ・ 新たにアレルギー症状が出たとき（分かっている場合には原因も）

4月の保健調査から、5か月が過ぎました。お子さんの体調に変化や気になることがございましたら、些細なことでも構いませんので、連絡帳等を通して担任へお知らせください。

○ 変更点について

- ・ 緊急連絡先
- ・ 連絡先優先順位
- ・ かかりつけ病院

緊急時に必要な情報になります。緊急連絡カードに記載の内容等で変更があった際には、必ずご連絡ください。

2学期も、児童の健康安全のために、ご協力よろしくお願いいたします。



