

ほけんだより5月



令和6年5月7日
神島田小学校 保健室



新年度がスタートして1ヶ月がたちました。新しいクラスには慣れましたか？新しい環境に慣れてきたからか、最近是不注意によるけがが増えてきました。ろうかには走っていませんか？周りには見えていますか？おしゃべりに夢中になっていませんか？ルールや約束はきちんと守って、けがをしないように気をつけましょう。

また、熱中症も心配です。水分は多めに持って来てくださいね。

◆ 身体測定の結果 ◆

先月から健康診断をおこなっています。右の表は、身長・体重の学年毎の平均値です。成長の仕方(身長の伸び方や体重の増え方)は個人差が大きいのので、表の数字はあくまで参考として、前の自分の結果と比較されるといいと思います。グラフにすると、自分の成長がよく分かりますよ。



| | 男子 | | 女子 | |
|----|--------|--------|--------|--------|
| | 身長(cm) | 体重(kg) | 身長(cm) | 体重(kg) |
| 1年 | 115.2 | 21.3 | 114.9 | 20.2 |
| 2年 | 124.4 | 24.9 | 121.5 | 24.3 |
| 3年 | 128.5 | 27.6 | 127.9 | 26.3 |
| 4年 | 134.7 | 31.8 | 134.2 | 31.3 |
| 5年 | 139.7 | 34.9 | 138.9 | 31.6 |
| 6年 | 144.1 | 38.6 | 147.3 | 38.3 |

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|------------------------|---------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|------------------------|
| | | 1 | 2 | 3 けんぽうきねんび 憲法記念日 |
| 6 ふりかえきゅうじつ 振替休日 | 7 | 8 あさ いえ かなら は 朝、家で必ず歯をみがいてくる！ | 9 | 10 |
| 13 | 14 じびかけんしん ねん 耳鼻科検診1・3・5年 | 15 しかけんしん ねん 歯科検診1・3・5年 | 16 ないかけんしん ねん 内科検診6年 | 17 |
| 20 | 21 ないかけんしん ねん 内科検診1年 | 22 にょうけんさ じ 尿検査 2次 | 23 | 24 |
| 27 | 28 | 29 ないかけんしん ねん 内科検診3年 | 30 野外活動5年 | 31 野外活動5年 |

※ 学校医の先生の都合により、3年生の内科検診が15日から29日に変更になっています。

* 相談ポストについて *

保健室のろうかにポストを設置しました。何か悩んでいる時、その悩みを誰かに相談する手段のひとつとして活用していければと思っています。相談カードはポストの上のふとうの中に入っています。相談したいけれど直接は言いづらいな…という時は相談カードに書いて、ポストへ入れてください。

