

ほけんだより

5月

平成29年5月2日
高岡市立戸出東部小学校



新年度がスタートしてから1か月が経ちました。1年生のみなさんは、学校生活にもだんだん慣れてきたようですね。毎日一生懸命に勉強し、楽しそうに遊んでいる姿が素敵です。2～6年生のみなさんは、1年生と一緒に仲良く遊んだり、学校のことをいろいろ教えてあげたりしていますね。ありがとうございます！



さて、もうすぐみなさんが楽しみにしている運動会です。100%の力を出し切るためには、心も体も元気いっぱいであることが大切です。そのためにも、「早寝・早起き・朝ごはん」を毎日続けて、心と体の元気を満タンにしておきましょう！



身体測定結果

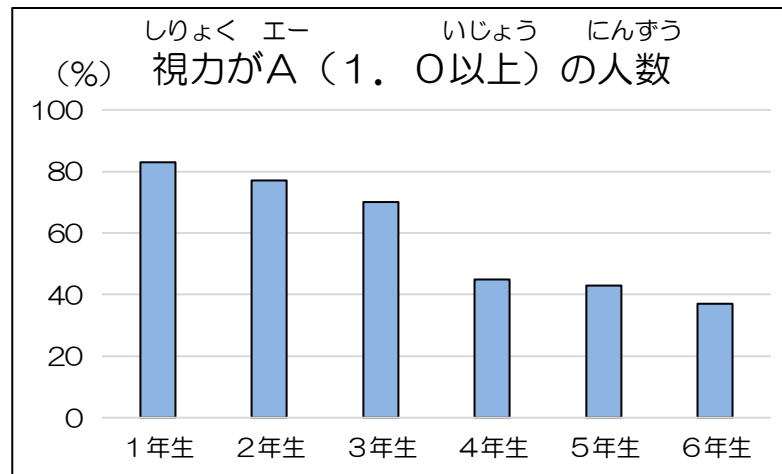
※ のデータは県平均を上回るものです。
※ 県のデータは平成28年度のものです。

✿この1年間で、どれくらい成長するのでしょうか。楽しみですね。✿

		身長 (cm)		体重 (kg)	
		本校	県	本校	県
男子	1年	116.7	116.9	21.5	21.6
	2年	125.1	122.7	25.8	24.2
	3年	130.7	128.4	28.5	27.3
	4年	134.2	133.9	30.5	30.8
	5年	139.5	139.4	34.5	34.3
	6年	145.7	145.8	35.4	38.9
女子	1年	114.4	116.0	19.8	21.1
	2年	121.6	121.8	22.6	23.7
	3年	127.3	127.7	25.3	26.6
	4年	135.3	133.7	32.4	30.1
	5年	137.5	140.4	31.7	34.1
	6年	145.2	147.2	35.9	39.1

平均値は、あくまでも目安です。成長のスピードは一人一人違うので、人と比べる必要はありません。身長と体重がバランスよく成長することが大切です。

視力検査結果



学年が上がるにつれて、だんだん近視の人が多くなっているようです。また、ゲームのしすぎや寝不足で目の筋肉が疲れてしまい、一時的に視力が下がっている人もいます。目をこまめに休ませたり、早寝早起きをしたりして、目に優しい生活をしましょう。

ハンカチはどこにある？

現在、高岡市では、「はやり目」だけではなく、「インフルエンザB型」も流行しています。どちらも予防の基本は手洗いです。しかし、みなさんの手を洗った後の様子を見ると、手を払うだけでハンカチで拭けなかったり、運動服で拭いたりする人がいます。必ず、朝の内に運動服のポケットに入れて持ち歩きましょう。

今年度も毎週火曜日に、保健委員会で清潔検査を行います。① 清潔なハンカチを持っているか、② ティッシュを持っているか、③ 爪を短く切っているか、④ 前髪が目にかかっているかを確認します。クラスで意識を高めて、パーフェクトを目指し頑張りましょう。



☆保護者の皆様へ☆

年度初めから、たくさんの保健関係書類の記入・提出、健康診断へのご協力をありがとうございます。5月も健康診断が続きますので、引き続きご協力をよろしくお願いいたします。

受診カードをもらわれた場合、早めの受診をお願いいたします。

昨年度から、異常の有無に関わらず、歯科検診の結果と運動器検診の結果を全員に配付させていただくことになっています。結果に「経過観察」と書いてあった場合は、病院受診を強制するものではありません。

経過観察で不安な場合や、主治医に相談したい場合は受診してください。よろしくお願いいたします。



5月の予定

- 9日 (火) 耳鼻科検診 (1~3年)
- 10日 (水) 歯科検診 (4~6年)
- 11日 (木) 眼科検診 (全学年)
- 18日 (木) 尿検査提出日 ①
- 19日 (金) 尿検査提出日 ②
- 24日 (水) 歯科検診 (1~3年)
- 25日 (木) 心臓検診 (1年、4年一部)