

ほけんだより5月

高岡市立戸出東部小学校
平成30年5月2日

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年生と一緒に仲よく遊んだり、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！

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！



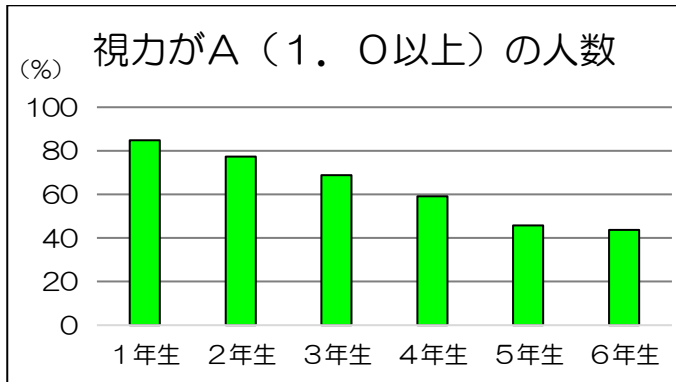
がっ き しんたいそくていけっ か 1学期の身体測定結果

※ のデータは、県平均を上回るものです。

		身長 (cm)		体重 (kg)	
		本校	県 (H29年度)	本校	県 (H29年度)
男子	1年生	115.1	116.6	20.5	21.5
	2年生	122.9	122.7	24.5	24.3
	3年生	130.7	128.5	29.0	27.5
	4年生	136.1	133.9	32.5	30.9
	5年生	139.2	139.4	33.4	34.5
	6年生	146.2	145.7	39.4	38.7
女子	1年生	115.8	115.8	20.3	21.1
	2年生	120.7	121.7	22.5	23.6
	3年生	127.2	127.8	26.1	26.9
	4年生	133.8	133.9	29.5	30.2
	5年生	141.7	140.5	36.1	34.3
	6年生	144.4	147.1	36.4	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。

がっ き しりょくけんさけっ か 1学期の視力検査結果



受診カードをもらった人の中で「調節緊張症」と診断された人がいるかもしれません。これは、ゲーム等近くを見る作業を長時間続けることで、一時的に近視のような状態になってしまうものです。遠くを見る、ゲームの時間を短くするなど、目を休ませる工夫をしましょう。

まいあさ み オーケー 毎朝の身だしなみチェックはOK?

今年度も、毎週火曜日に清潔検査を行います。給食の時間に、児童保健委員会のみなさんが各クラスを回り、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チェックします。ハンカチを制服のポケットやランドセルに入れっぱなしにしないよう、必ず体操服のポケットに入れて持ち歩きましょう。

身だしなみを整えることは、病気を防ぐだけでなく、気持ちよく過ごせるという心の健康にもつながります。毎朝家を出る前に、自分で身だしなみチェックをするよう心がけましょう。



☆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。

1学期に行う定期健康診断の歯科検診や運動器健診は、異常の有無に関わらず、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 (水) 歯科検診 (4～6年)
- 11日 (金) 耳鼻科検診 (4～6年)
- 17日 (木) 内科検診 (4～6年)
- 22日 (火) 耳鼻科健診 (1～3年)
- 23日 (水) 歯科検診 (1～3年)
- 24日 (木) 尿検査提出日 ①
内科検診 (1～3年)
- 25日 (金) 尿検査提出日 ②