

保健だより

H27年 5月
中条小学校



緑がまぶしい若葉の季節です。外にちょっと気をつけて見ると、ぐんぐん成長する花や草木に気づくはず。ちょうどみなさんと同じですね。色んなものをどんどん吸収して、日々成長してください。雨にも負けず、風にも負けず。

4月は、肌寒かったせいかウイルス性胃腸炎やかぜで休む児童が見受けられました。ご家庭でも体調管理に十分気をつけ、学校に登校させてください。

さて健康診断が始まって、1ヶ月が経とうとしています。「健康診断結果のお知らせ」を少しずつ配布しますので再検査のお知らせが届いた人は、必ず医療機関に行くようにしてください。

5月の保健行事

8日(金)	内科健診 2・4・6年生・たんぽぽ
15日(金)	// 1・3・5年生
19日(火)	尿検査(二次)提出日
20日(水)	// (二次)前日忘れた人
26日(火)	眼科健診

色々な健康診断が予定されています。

休まないで受けられるように規則正しい生活を心がけましょう。

せいけつ 清潔にしていますか？

- きれいなハンカチ・ティッシュは持っていますか？
- 食事をした後、歯みがきをしていますか？
- つめは切っていますか？
- せいけつな下着をつけていますか？
- 毎日お風呂に入っていますか？
- 手洗い・うがいをしていますか？



身体測定結果

男子

	身長cm			体重kg			座高cm		
	本校	県	差	本校	県	差	本校	県	差
1年	116.7	116.6	0.1	22.6	21.3	1.3	64.9	64.8	0.1
2年	122.3	122.5	-0.2	24.4	24.0	0.4	68.0	67.5	0.5
3年	127.6	128.2	-0.6	26.1	27.0	-0.9	70.2	70.2	0
4年	131.5	133.8	-2.3	30.9	30.6	0.3	70.1	72.6	2.5
5年	139.0	138.8	0.2	35.1	33.7	1.4	75.4	74.8	0.6
6年	142.9	145.2	-2.3	38.2	38.1	0.1	76.7	77.5	-0.8

女子

	身長cm			体重kg			座高cm		
	本校	県	差	本校	県	差	本校	県	差
1年	115.4	115.9	-0.5	21.3	21.0	0.3	65.1	64.4	0.7
2年	121.3	121.5	-0.2	22.8	23.5	-0.7	67.6	67.3	0.3
3年	127.0	127.4	-0.4	26.3	26.4	-0.1	69.8	69.8	0
4年	130.4	133.8	-3.4	28.8	30.0	1.2	71.3	72.6	-1.3
5年	143.6	140.2	3.4	39.3	34.4	4.9	77.9	75.7	2.2
6年	149.1	146.8	2.3	42.0	38.8	3.2	80.6	79.2	1.4



平均よりどれだけ大きいかでなく自分なりに順調に发育しているかが大切です。身長では1年間に4cm以上伸びていれば順調に发育していると言われています。みなさんはどうでしたか？

肥満傾向児童(肥満度20以上の者)

肥満傾向児童対象者が全校で17人いました。

学年が上がるにつれて増加傾向です。

好きなものばかりでは体重が増加傾向となります。

成長期のダイエットは、減食ではなく運動をとり入れた生活習慣を心がけましょう。

すがすがしい気持ちよい季節です。

家族みんながすすんで体を動かせるといいですね。



