

1月のほけんだより

令和5年1月20日

箕田小 保健室発行

No.9

楽しい冬休みの思い出を胸に、顔色も良く登校してきた子どもたち。1年のまとめとなる3学期、よい体調で毎日を過ごさせたいですね。

学校は手洗いを中心に、感染対策指導継続中です。せっけんを使った適切な手洗いは、集団生活における感染症の罹患率を3～5割も下げます。手洗いの必需品「ハンカチ」は、ポケットに持たせるようお願いします。

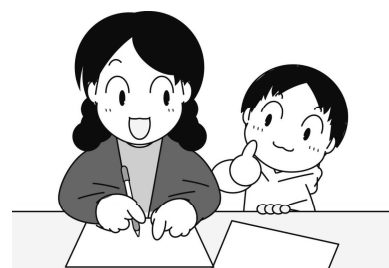
1月の ほけん目標

かぜやインフルエンザを ふせごう

*ハンカチを持ってきて
正しい手洗いをしよう

「健康の記録」をご覧ください (1～6年生)

1月の発育測定を行いました。
各学年の平均値と4月からの伸びは、下表の通りです。
同時配付「健康の記録」をご覧ください、学校へ返却してください。



1月の発育測定結果

1/23(月)までに 押印・グラフ作成をして担任へ提出

1月 平均値 (4月～の伸び)	身長 cm	体重 kg
1年生 男子	122.7 (+4.7)	26.2 (+2.6)
1年生 女子	119.6 (+4.8)	21.9 (+1.8)
2年生 男子	126.9 (+4.0)	26.1 (+2.0)
2年生 女子	124.6 (+3.7)	25.8 (+2.2)
3年生 男子	132.8 (+4.0)	30.3 (+1.8)
3年生 女子	131.9 (+4.3)	30.2 (+2.9)
4年生 男子	137.7 (+4.1)	34.1 (+2.8)
4年生 女子	140.2 (+5.3)	34.1 (+3.2)
5年生 男子	143.9 (+4.5)	38.4 (+3.2)
5年生 女子	144.9 (+5.3)	39.0 (+4.0)
6年生 男子	155.1 (+5.7)	48.0 (+2.9)
6年生 女子	151.9 (+4.2)	42.7 (+3.5)



大きくなりました!
平均値は「めやす」として
ご覧ください。

元気なヒケツ ○に入る文字は?

- ☐ んどうは、うっすら汗をかくくらいがgood!
- ☐ むさ対策には、3つの首をあたためよう
- ☐ ヤグで大笑いするのも、健康にいいって知っている?
- ☐ こへ行くときも、忘れないで「ハンカチ・ティッシュ・マスク」
- ☐ んどいなと思ったときは、早めに休もう



答えは「うさぎどし」。ほかに…早寝早起き、栄養バランスのいい食事、お風呂につかるなど、元気のヒケツはたくさんありますよ。まずは、今日から始められることを探してみましょう。

今年も、みなさんが健康に過ごせますように。



箕田小全体の推移 (児童保健委員会調査)

学校では、色とりどりのハンカチがポケットからのぞいています。
良い習慣づくりにはご家族の力が必要です。いつもご理解とご協力をいただき、感謝いたします。

ハンカチ ポケットにありますか?

