

小野小学校

ほけんだより

げんきいっぱい



平成30年9月3日

ほけんしつ No. 7

うちのひととよんでね

2学期がはじまり一週間がたちました！9月は運動会の練習もはじまります！まだまだ暑さはつづくとの予報ですので、こまめな水分補給、休息など熱中症対策をわすれずにしましょう！元気にすごすために生活リズムをととのえて、健康に気をつけていきましょう。

保護者の方へ

色覚検査の実施について

先天色覚異常は男子の約5%（20人に1人）、女子の約0.2%（500人に1人）の割合にみられるといわれます。先天性のため、視力のように年々状態が変化するものではありません。今年度も1年生の希望者を対象とした色覚検査を実施します。先日配布した希望調査に希望の有無をご記入の上、**9/7（金）まで**に学校へ提出してください。

2～6年生についても、希望者は色覚検査を受けることができます。希望する場合は、随時連絡帳等で担任へお知らせください。

うんどうかい がつ にち ど
運動会 9月29日(土)

◎ケガなく ◎元気に 運動しましょう！



ねっちゅうしょうよぼう
熱中症予防！

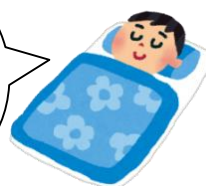


外ではぼうしをかぶっていますか？

水分をこまめにとっていますか？



体の調子をととのえていますか？



いまの時期の熱中症予防は、「体のつかれ」や「気のゆるみ」がキーポイントです！夏休みのつかれがのこっていないか？生活リズムはみだれていませんか？

予防法も、「毎日、何ヶ月もやってきていることだから」と、なんとなくいいかげんになっていないでしょうか。ぜひ、いま一度見直しましょう！



この がつ か
9月9日は“救急の日”

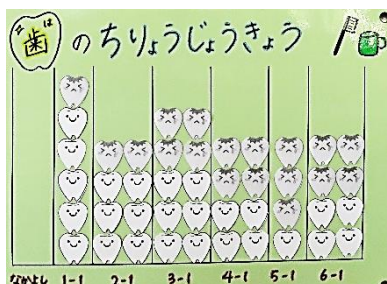
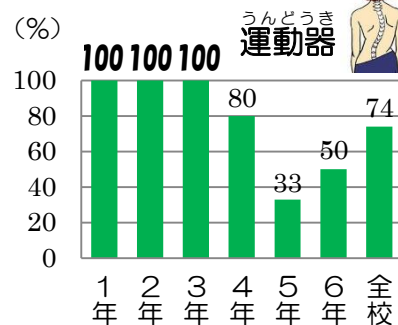
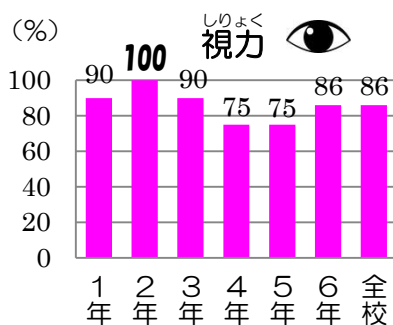
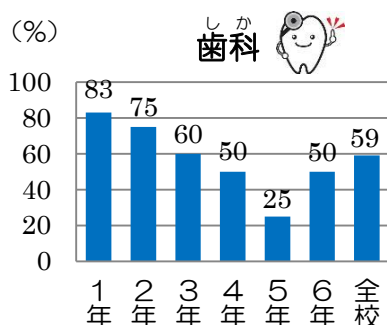


けがをしている人を見かけたらまず人を呼びましょう。これがとても大切です。自分がけがをしてしまった場合は、近くの人に助けを求めるとともに、「洗う」「押さえる」「冷やす」など、自分でできる応急手当をしましょう。



治療は済みましたか？

平成30年度 定期健康診断 受診率 8/31現在



< 歯科受診についてお願い >

歯科受診率は、現在全校で59%。昨年度の同じ時期と比べると10%以上低い状況です。乳歯から永久歯に生えかわる小学生の時期は、管理がとても大切です。まだ受診していない人は、ぜひ受診してください。よろしくお願いします。

☆受診済みで、治療報告書をまだ学校に提出していない人は、早めの提出をお願いします。

2学期はじめの発育測定結果 と4月からの平均発育量

男子 (だんし)		1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 cm	8月	117.9	123.9	127.8	134.8	139.2	145.8
	4月	115.5	121.2	125.8	132.7	136.8	143.1
	平均発育量	+2.4	+2.7	+2.0	+2.1	+2.4	+2.7
体重 kg	8月	22.5	25.6	27.0	31.3	35.8	39.1
	4月	21.6	24.4	25.7	29.4	33.2	36.5
	平均発育量	+0.9	+1.2	+1.3	+1.9	+2.6	+2.6
女子 (じょし)		1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 cm	8月	116.1	124.3	128.7	133.3	149.9	147.4
	4月	113.6	121.9	126.5	130.6	147.5	144.8
	平均発育量	+2.5	+2.4	+2.2	+2.7	+2.4	+2.6
体重 kg	8月	20.9	26.2	28.8	30.0	42.9	39.6
	4月	20.3	24.8	26.6	28.4	41.2	38.4
	平均発育量	+0.6	+1.4	+2.2	+1.6	+1.7	+1.2

長い夏休みのあとの発育測定結果は、家庭生活の様子があらわれるようです。体重の増減がばげしかった人は、食事や運動、すいみんなど、これからとくに健康的な生活を心がけましょう！

☆「健康診断の記録」は保護者印を押印の上、9/7(金)までに学校へ返却してください。