

すくすく元気な東っ子



R8.10 第7号
常滑東小 保健室

すず 涼しくなって気持ちのよい季節になりましたね。
たくさん 体 を動かして、ごはんをもりもり食べて元気に過ごそう！



こんげつ ほけん もくひょう 今月の保健目標

★目を大切にしよう★

10月10日は目の愛護デーです。

みなさんは目を大切にしていますか？

起きている間、目はずっと働いているので夜になると疲れます。

「テレビの見過ぎやゲームのやり過ぎはだめだよ」と言われることがあるかもしれませんが、「目を大切にしていね」という意味です。

自分でも気をつけましょう。



てんけん せいかつ ふ かえ にこにこ点検で生活を振り返ろう

9月7日～11日はにこにこ点検週間でした。

みなさん、自分の目標を立て、気をつけて生活することはできましたか？

みんなが自信を持って取り組めることを決めて、がんばってくれたことがうれしかったです。

全部〇でなくても大丈夫。これからも気をつけて続けることが大切です。

9月は、暑かったり寒かったり、インフルエンザも流行って体調を崩しやすかったですね。

そんなときこそ生活リズムが大切です。かぜに負けない元気な体をつくろうね。

今年は、保健委員のみんなが考えた

『にこにこ点検ビンゴ』も行われました。

みんな楽しくできたかな？

結果はまた後日お知らせします。

おうちのひとにも教えてあげてね。



みんな大きくなっています

9月の身体測定の結果です。

夏休みの間にみんなぐんと大きくなりましたね。

4月の平均と比べると、どの学年も2～3センチ成長しています。

この調子で体も心もぐんぐん成長していけるように願っています。



	男の子				女の子			
	身長 (cm)		体重 (kg)		身長 (cm)		体重 (kg)	
学年	4月平均	9月平均	4月平均	9月平均	4月平均	9月平均	4月平均	9月平均
1	115.5	118.2	21.4	22.4	115.2	117.8	20.1	20.8
2	122.8	125.3	24.1	25.5	121.0	123.6	23.4	24.4
3	127.4	129.7	26.7	28.2	127.2	129.8	26.8	28.1
4	133.3	135.4	29.7	31.4	131.9	134.6	28.7	30.4
5	139.7	142.4	35.0	37.1	139.6	142.5	34.0	35.8
6	145.7	149.0	39.1	41.4	146.8	148.9	39.2	40.3

いいところ探して みんななかよく

みなさん、保健室前のけいじ板は見ましたか？
ソーシャルスタイル診断といってコミュニケーションに活かすためのヒントを紹介してあります。

2学期は、校外学習や運動会など、みんなで力を合わせる行事がたくさんあります。

ひとりひとりの良いところを出し合って、みんなで助け合い、楽しい2学期にしようね。



【保護者の方へ】

＜希望者のみ視力検査を実施します＞

10月5～9日の週に希望者の視力検査を実施します。希望されるご家庭は、連絡帳などでお申し出ください。結果は連絡帳に貼らせていただきます。治療勧告は出しませんのでご了承ください。

＜にこにこ点検のご協力ありがとうございました＞

子ども達には自らの健康のために生活リズムを整える大切さを伝えておりますが、まだまだおうちの方の協力なしでは難しいと思われます。1月に3回目の点検を計画しております。今後ご理解ご協力の程よろしくお願ひいたします。

＜今年は天気が不安定ですね＞

日中はまだ暑く、教室内は人によっては寒く感じるかもしれません。調節のできる服装をお願いします。