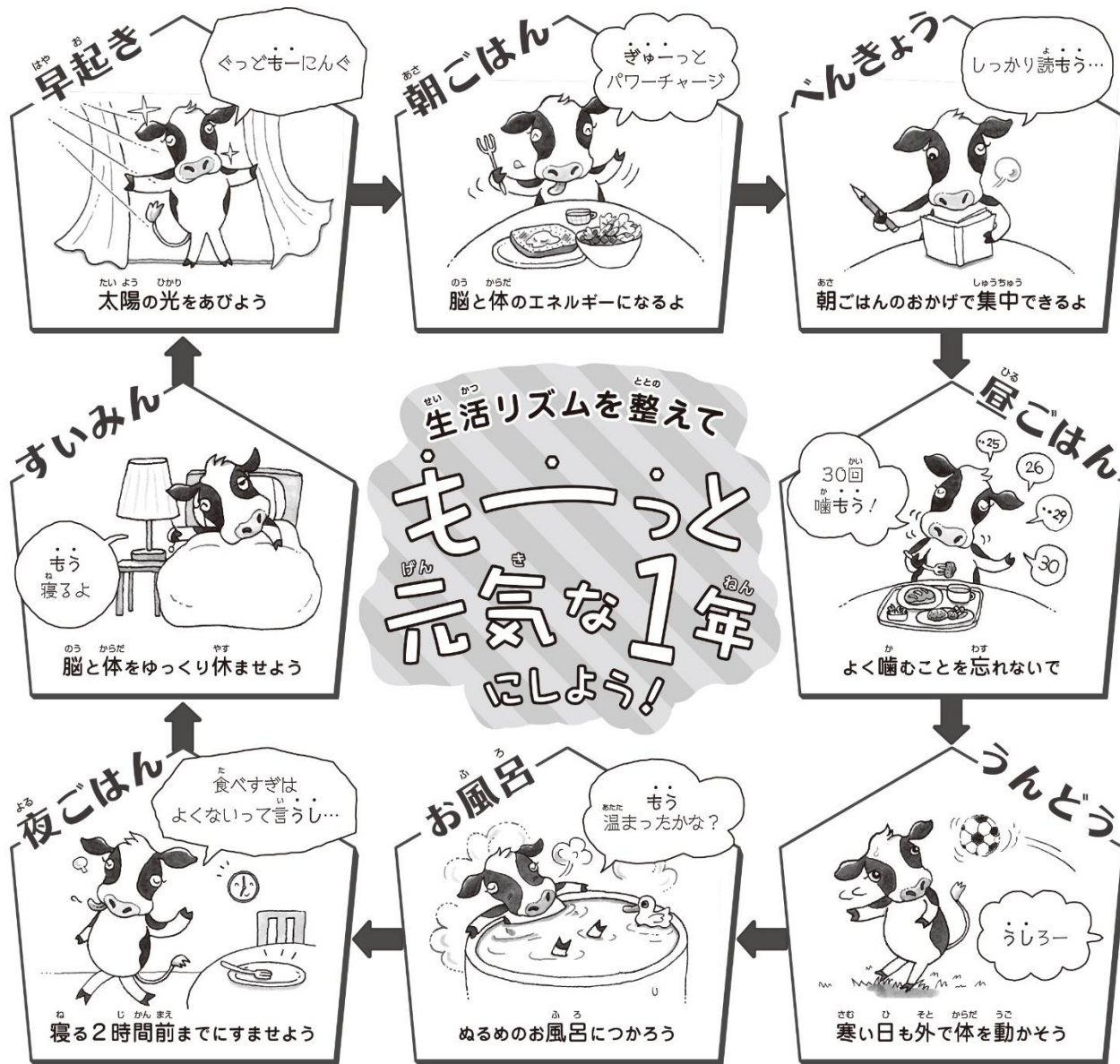


1月 ほけんだよい

令和3年1月18日 菅原小 保健室

冬休みが明けて、10日がたちました。生活リズムは、学校モードになっていますか？
 今年は丑年です。先を急がず、一歩一歩着実に物事を進めるとよいそうです。健康な体も、毎日の積み重ねが大切です。コロナウイルスやインフルエンザなどの感染症の流行に気を付けながら、日々の予防を着実に、ゆっくり、しっかり、元気な体づくりをしていきましょう。今年もみなさんが健康に過ごせる1年になりますように！



1月の身体測定の結果

	身長 (cm)				体重 (kg)			
	男子		女子		男子		女子	
	1月	6月	1月	6月	1月	6月	1月	6月
1年	120.0	117.0	118.8	115.5	22.8	21.8	21.5	20.1
2年	127.8	124.3	127.0	122.9	31.3	28.9	26.0	24.1
3年	129.9	126.7	132.0	128.0	29.8	28.8	30.0	28.2
4年	138.9	136.0	138.1	133.8	36.8	35.4	33.0	31.2
5年	145.0	140.6	145.2	142.2	39.3	36.5	42.2	40.0
6年	155.8	151.1	148.9	148.0	47.7	44.7	40.7	40.1

保護者の方へ

1月12日に行った身体測定の結果について、健康手帳が各学年から配付されます。結果は4ページに記載してあります。ご覧になりましたら、5ページの保護者印(1月)に押印して、学校までお戻し下さい。また、6月からの成長の経過が記入されたお知らせについては、どうぞご家庭でお持ちください。

引き続き朝の健康観察をお願いします

コロナウイルスの他に、インフルエンザ、感染性胃腸炎なども流行してくる時期です。お子さまが自分自身の体調をうまく表現できず、登校してから、なんとなく調子が悪い、と訴える場合もあります。朝の忙しい時間ではあると思いますが、体温、顔色、食欲の有無、排便の様子など、お子さまの健康観察をお願いします。体調が良くない場合には、無理をせずに自宅で休養するようにしてください。また合わせて、毎朝の検温も引き続きよろしくをお願いします。

寒さ対策をしよう

教室では、コロナウイルス対策として窓やドアをあけて換気を行っています。暖房を強くつけていても、寒く感じる人も多いかと思いますが、今の状況からは、教室をしめきることはなかなか難しいです。下着を着る、長めの靴下をはく、上着をはおるなどの、寒さ対策をみんなでしていきましょう。

下着をしっかりと着よう!

