ほけんだより 5月

令和8年５月
田原西小学校
保健室No.3

新年度がはじまり，約１か月が経ちました。新しい学年には慣れてきましたか？朝晩の気温差の大きい日が続いています。体調をくずさないように，睡眠や食事に気を付けて生活しましょう。

保健室を利用するときは



入るときには
あいさつをする

静かにすごす

物を使うときは
先生に声をかける



先生もお手伝いしますが，
いつ・どこで・どうして・どこが・どうなったのかを
自分で伝えられるように
がんばってみましょう！

身体計測がありました

身長（ cm ），体重（ kg ）

男子

	１年		2年		3年		４年		５年		６年	
	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重
４月	118.2	24.1	119.6	21.3	130.0	28.0	133.9	31.9	139.7	36.0	148.2	44.1

女子

	１年		2年		3年		４年		５年		６年	
	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重
４月	113.9	19.2	123.9	25.6	124.8	26.4	134.0	32.0	138.1	30.8	150.9	48.8

身体計測の各学年平均値です。早く大きくなる人，ゆっくり大きくなる人，成長は人それぞれちがいます。よりよい成長のためには栄養バランスのよい食事をとり，外で遊んで体力をつけ，ぐっすりねむり体や脳を休めることが大切ですよ。

保護者の皆様へ 【健康診断の結果のお知らせが届いたら…】



学校の健康診断は，結果が疑わしいと思われる場合にお知らせしています。専門医で検査を受けると，隠れた病気が見つかることがありますので，お知らせが届いた際には，**早めに専門医の受診**をよろしくお願いします。すでに受診されている場合はその旨を記入する欄がございます。ご記入いただき，学校にご提出ください。