



令和5年5月1日
杉並第六小学校
保健室

※おうちのひとといっしょによんでください

あたら かんきょう けいげつ ひと ひと
新しい環境になって1ヶ月がたちました。まだなれてないという人も、もうなれたという人も、自分では気がつかないうちにストレスがたまっていることがあります。つかれたときは、おうちのひとととも そろばん しょくじ うんどう いしき こころ からだ
うちの人や友だちに相談したり、食事・すいみん・運動を意識したりして心と体をリラックスさせましょう。

5月の保健目標 『けがを防ごう』

雨の日の危険を知って事故防止

雨の日は晴れの日に比べ、交通事故件数が約5倍になると言われています。お子さんが出かけるときは「いつもと同じではない」ことを伝え、歩行者ができる対策をしましょう。

なぜ？

- 傘で視界が狭くなる
- 車の音が聞こえにくい
- 車の運転手から見えにくい
- 水たまりや傘で通れる場所が狭くなる



どうする？

- 前がよく見えるように傘を持つ
- 遊びながら歩かない
- 目立つ色の傘や服を選ぶ
- タテ1列になって歩く

雨の日は、時間にゆとりを持っておくことも大切です。朝、少し早めに起こしてあげてくださいね。



5月の保健行事

2日(火)	尿検査容器配布 (全学年)	24日(水)	心臓検診 (1年・対象者)
8日(月)	尿検査1次提出 (全学年)		尿検査予備日 (対象者)
9日(火)	尿検査予備日 (忘れた人)	25日(木)	内科検診 (1・2年)
11日(木)	耳鼻科検診 (全学年)	26日(金)	内科検診 (3・4年)
22日(月)	尿検査容器配布 (対象者)		
23日(火)	内科検診 (5・6年)		
	尿検査2次提出 (対象者)		



健康診断のお知らせについて

内科・眼科・耳鼻科については健康診断を受けていないとプールに入れません。健診結果のお知らせを配布するので、健康診断を欠席された場合は、学校医のところで健康診断を受けて、結果の提出をお願いします。

お知らせします



発育測定の結果を

すぎろく小の平均値

学年	身長	体重
1年生	117.6cm	21.4kg
2年生	123.9cm	24.2kg
3年生	127.5cm	26.3kg
4年生	135.5cm	31.3kg
5年生	140.4cm	34.0kg
6年生	145.2cm	37.9kg