

ほけんだより 7月

令和2年7月13日
ほけんだより No.5
桐生市立西小学校

学校が再開となり、そろそろ1ヶ月が経ちます。今までにないような長いお休みだったので、学校が始まって、なかなか体が学校のリズムに戻らないという人もいたのではないのでしょうか。7月になり、気温が30度を超える日もできました。汗ふきタオルや飲み物をしっかりと準備して、体調をくずさないように気をつけましょう！

熱中症に注意!!



暑い日が続いていますね。みなさん、水分補給はしっかりと行えていますか？ せっかく持ってきているのに、午後になっても水とうに飲み物がたくさん入ったまま！という人をよく見かけます。これでは、体の水分が足りなくなってしまうかもしれません。持ってきた飲み物は、下校までに飲みきるくらいのつもりで、どんどん水分補給をするようにしましょうね！

☆4月身体測定：学年ごとの身長と体重の平均値☆

学年	平均値	男 子		女 子	
		身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1 年		117.5	22.6	116.0	21.1
2 年		122.3	23.4	121.5	24.0
3 年		128.6	27.7	127.4	27.1
4 年		134.4	32.4	135.2	33.2
5 年		138.8	34.3	139.3	35.2
6 年		142.4	36.3	149.0	39.9

* 成長する時期には人それぞれ個人差があります。何年生で〇〇cm、何年生で〇〇kgなくてはいけないというわけではありません。大切なのは、平均よりも小さい・大きいということよりも、自分の体がバランスよく成長しているかということです。平均値は、参考としてご覧ください。

保健室



健康診断が続いています!!

7月の予定



- 15日(水) 尿検査: 全学年
- 15日(水) 眼科検診: 全学年
- 17日(金) 内科検診: 1・2年
- 21日(火) 尿検査予備日

(15日に提出できなかった人)

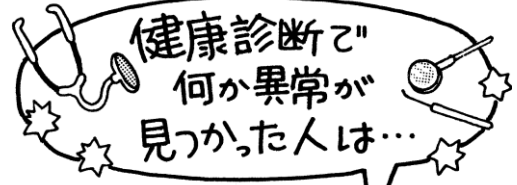
保護者の方へ

◇成長の記録を配付しました◇

身体測定と視力検査の結果を、本日配付した「成長の記録」にてお知らせいたします。ご覧になりましたら、保護者印欄の捺印と右側の「成長の様子」のグラフへの記入をお願いいたします。

回収期間: 7月14日(火)~7月17日(金)

※学級担任へ提出してください



健康診断で何か異常が見つかった人は...

家の人にきちんと報告しましょう。

(結果のお知らせをプリントにしてお届けしますので、必ず見せるようにしましょう。)



早めに病院へ行って、検査・治療を受けましょう。



健康診断の結果について



7月から始まった健康診断は、保護者の皆様のご協力もあり、スムーズに進んでいます。現在、身体測定、視力・聴力検査、歯科検診、耳鼻科検診が無事に終わりました。今月は検診が続きます。検診の結果、受診が必要な児童には、順次「受診のすすめ」を配付しますので、早めの専門医受診をお願いいたします(歯科検診の結果は全児童に配付しました)。

学校では、病気の疑いのある人にお知らせをしていますので、病院では「異常なし」と診断されることもあります。でも、視力の低下など、毎年のことだから、わかっているから...とそのままにするのではなく、定期受診の目安としていただければと思います。

※今月はどの学校でも検診結果が配付されるため、医療機関の混雑が予想されます。受診が必要な場合は、早めの予約をおすすめします。

