

ほけんだより 10月

家庭数で配布

令和元年9月27日
春日部市立宮川小学校
保健室

10月の保健目標 **目を大切にしよう**

これからいよいよ秋本番です。さわやかで何をするにもいい季節ですね。読書の秋、スポーツの秋、食欲の秋。みなさんはどんな「秋」を過ごしますか？お天気のよい日は気温が高いですが、朝晩や雨の日は肌寒くなります。衣服の調節を上手にしましょう。

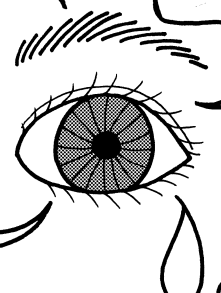
10月10日は 目の愛護デー

たいせつな目はたくさんのもにまもられているよ！

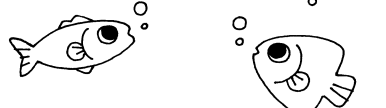
まゆげ
おでこからながれてくるあせが目に入らないように、ここでとめるんだよ！

まぶた
目にボールがぶつかったり、虫がとんできたときなどに、パッととじて目をまもるんだよ！

まゆげ
目につよい風があたったり、ほこりが入るのをふせぐんだよ！



ぼくたちおさかなにはまぶたがないんだよ。



まぶたき
まぶたはいつもパチパチとじてなみだが目の全体にゆきわたるようにしているんだよ！



なみだ
ないていないときも、いつもなみだは目の表面をながれているよ！目がかわかないように、目にえいようをおくるんだよ！

あれっ、おかしくない？ 目のさっかくクイズ (定規で確かめてみよう)

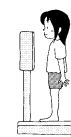
A~Dは平行になってるかな？

正方形は曲がってない？

横棒の長さは違う？



9月の発育測定の結果(平均値)



	男子				女子			
	身長 (cm)	4月から の伸び	体重 (kg)	4月から の増え	身長 (cm)	4月から の伸び	体重 (kg)	4月から の増え
1年生	118.5	2.5	24.1	1.3	116.8	2.6	21.5	1.2
2年生	123.6	3.0	25.2	1.8	124.1	3.1	23.7	1.2
3年生	132.5	2.4	32.4	1.7	130.0	2.4	28.3	1.3
4年生	135.4	2.2	30.5	1.4	135.8	3.2	31.1	1.6
5年生	144.8	2.8	40.2	2.3	141.4	2.8	34.6	1.7
6年生	149.6	3.8	44.2	2.5	150.2	2.6	41.0	1.3

子どもたちは4月から、体も心も大きくなりましたね。さらなる成長が楽しみです。

健康カードをご確認ください

本日、「健康カード」を配付しました。9月の身長・体重をご確認いただきましたら、保護者印を捺印の上、10月2日(水)までに学校に返却してください。

むし歯の治療を全員終えたクラス: 2-1・なかよし
あと数人で治療を終えるクラスがほとんどです。
まだむし歯を治していない人は早めに治療しましょう。

