



ほけんだより

平成27年1月30日

太田東小学校保健室

☆おうちの人と読みましょう☆

あたたかい日ざしが待ち遠しいですが、寒い日がもう少し続くようです。そして、かぜ、インフルエンザにもまだまだ注意が必要です。油断をせず、石けんでの手洗い・うがい、マスクの着用など、引き続き予防に努めましょう。

かぜに注意



☆かぜ情報☆



太田東小学校では、かぜ、インフルエンザによる欠席者が少しずつ増え始めましたが、集団感染はしておりません。しかし、太田市内では多くの児童がインフルエンザを発症しており、学級閉鎖をしている学校もあります。

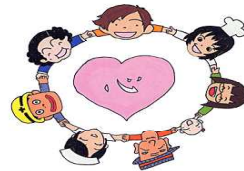
本校でも、増加傾向にある場合には、学級閉鎖になる場合もあります。その際には、メール及び手紙でご連絡します。

引き続き、朝の健康観察をしていただき、体調の悪いときは、無理をせず、早めに休養し、医師の診察を受けましょう。そして、休日の過ごし方に無理がないよう、体調を見極め、疲れすぎないようにご注意ください。

学校では、かぜなどをひいている人はエチケットのために、また、元気な人も保温・保湿のためにマスクの着用を呼びかけています。ご協力をお願いします。

2月のほけんもくひょう

こころ けんこう かんが
心の健康を考えよう



学校給食について

本校では、食物アレルギー等について、保護者と十分連絡を取り給食を行ってきています。

学校での配慮を希望されるお子さんは、「アレルギー疾患用学校生活管理指導表」の提出が必要になりますので、必ずご連絡ください。なお、指導表の提出については毎年度お願いします。記入については、主治医の先生をお願いします。（文書料がかかります。）

指導表の提出がありませんと、お子さんへの学校の対応はできなくなります。よろしく願いいたします。





三学期発育測定平均値

～ こんなに大きくなりました！ ～



		身長 (cm)			体重 (kg)		
		9月	1月	伸び	9月	1月	増減
1年生	男	119.0	120.7	1.7	21.8	22.6	0.8
	女	118.1	120.6	2.5	21.9	22.3	0.4
2年生	男	127.0	128.5	1.5	25.9	27.1	1.2
	女	127.0	130.0	3.0	27.4	30.0	2.6
3年生	男	131.5	133.2	1.7	32.9	34.4	1.5
	女	133.0	134.6	1.6	30.1	30.5	0.4
4年生	男	137.7	139.8	2.1	32.2	33.5	1.3
	女	137.1	138.6	1.5	34.1	33.0	-1.1
5年生	男	138.5	140.6	2.1	34.3	35.3	1.0
	女	141.8	143.8	2.0	36.9	38.5	1.6
6年生	男	149.0	152.2	3.2	41.4	43.5	2.1
	女	147.1	148.8	1.7	41.2	42.4	1.0



生活リズムは整っていますか？



二学期に発行した保健だよりの中で、生活のリズムについて記載しましたが、その後いかがでしょうか。早起きをしているでしょうか。寝る時刻を決めているでしょうか。寒さが一層増し、起きるのがつらい時期でもあります。

そこで、前回行った「生活がんばり表」による「生活チェック」を、2月2日～2月6日までの間、登校後、行いたいと思います。

生活が不規則な場合には、これを機会にもう一度「生活リズム」を見直してみたいかがでしょうか。

記入が終わりましたら用紙を持ち帰りますので、保護者の方からの一言を書いていただき、翌週月曜日に提出をお願いします。

参考資料として「生活リズムを整えよう！～家族みんなで、取り組みましょう～」を配付しましたので、ぜひ、参考にしてください。

ご理解、ご協力よろしく申し上げます。

