

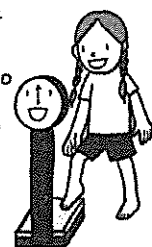
たんぽぽ



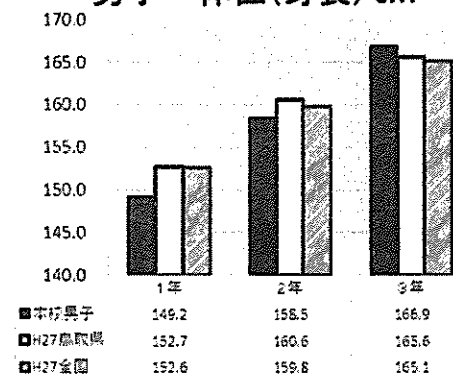
天候の良い日が続き、気温もぐいぶん上がっています。小学校では運動会があり、中学校は西部地区総体、サマーバスと元々張る姿がみられます。この時期月に気をつけたいのが、体調管理と熱中症です。春から夏と季節がネタリ変わるこの時期は、例年体調不良を言えて、保健室を利用する人が多いい時期でもあります。手洗いうがい、衣服の調整などで体調を整えましょう。熱中症は真夏のイメージがありますが、暑さに慣れていない今頃も要注意です。特に1年生は、毎年何人が熱中症の症状で休養することがあるの、こまめに水分補給、休憩中に顔や手・腕を洗って身体を冷やするなど意識して予防をしましょう。もちろん2・3年生もみんなと声をかけあって気をつけましょう!

身体に関するデータを身長・体重編

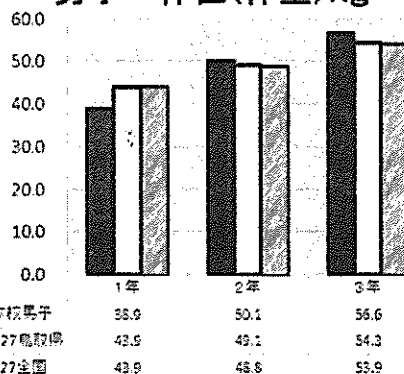
毎年行う健康診断の中でも、一番気になるのは身長と体重でしょうか。今年度から座高測定がなくなりましたが、身長・体重の成長曲線から成長の様子をみています。生年月日を入力して作成したものを家庭へ送っていますので参考に推移を見てください。



男子 * 体位 (身長) cm

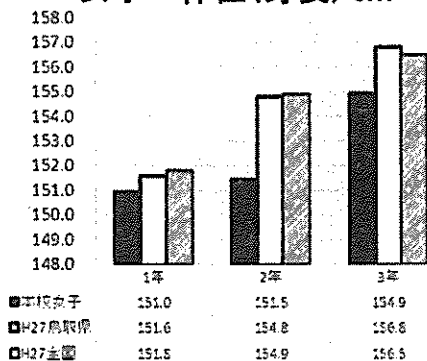


男子 * 体位 (体重) kg

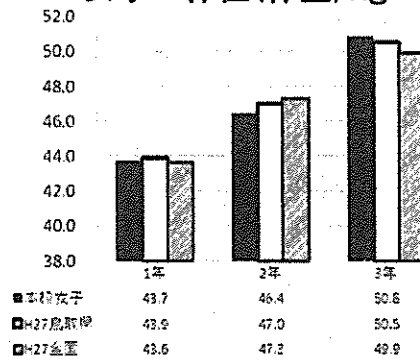


3年男子は身長・体重ともに県平均、全国平均を上まわっています。

女子 * 体位 (身長) cm



女子 * 体位 (体重) kg



思春期にみられる急激な身長の伸びを『思春期成長促進現象』といいます。目安として男子では10歳過ぎ〜17歳頃、女子は8歳過ぎ〜15歳頃となっています。思春期の来や成長のスピードは個人差がとても大きいので、人と比べているのではなく、身長・体重のバランスをみたり、数年間の経過をみたりしましょう。心配なことがあれば、保健室まで。

4月から6月にかけて健康診断を実施しています。結果をその都度全員に通知させてもらっています。個人情報保護の為、保健関係のクリアファイルに入れて家庭へ通知しますので、次の日にはファイルのみ学校に戻してください。よろしくお願いします。

★ 5月・6月 健診の予定 ★

5月26日(木) 耳鼻科検診
5月30日(月) 尿回収予備日
6月9日(木) 1・2年 歯科検診
6月16日(木) 3年 歯科検診

Body

Parts

言えるかな
からだの各部分

