

ほけんだより



新座市立池田小学校
保健室
R5.9.8
No.5



2学期が始まって1週間が過ぎました。からだもようやく夏休みモードから学校モードにスイッチが切り替わった頃でしょうか。この時期は夏の疲れが出やすいので、規則正しい生活を送り、体調管理をしっかりしましょう。また、まだまだ暑い日が続いていきますので、引き続き熱中症に気をつけて元気に過ごしましょう。

がっきはついくそくていけっか 2学期発育測定結果



先週行った発育測定の結果です。全員が4月と比べて身長が伸びていました。体重は個人差が大きくありました。体が成長する時期やペースは、人それぞれです。誰もが身長が伸びる時期が来るので、今回、あまり伸びていなかった人も待っててください。

	身長平均				体重平均			
	男子	4月より	女子	4月より	男子	4月より	女子	4月より
1年生	118.5	+2.6	119.1	+2.6	22.5	+0.4	22.3	+0.7
2年生	124.2	+2.4	124.5	+2.7	25.5	+1.1	24.9	+0.8
3年生	130.1	+2.2	131.2	+2.2	29.6	+1.7	27.7	+0.7
4年生	137.3	+2.6	137.0	+3.2	34.2	+1.7	33.6	+1.7
5年生	141.3	+1.7	145.2	+2.3	38.3	+1.5	39.1	+1.8
6年生	150.8	+3.4	149.7	+1.9	44.3	+2.9	44.5	+4.3

—保護者の方へ—

これまで発育測定が終わると健康の記録を配付していましたが、夏休みに学校のパソコンが新しくなり、現在データの引継ぎを行っているので、健康の記録の配付ができません。データの引継ぎが終わり次第、配付しますので、ご理解の程お願い申し上げます。なお、発育測定の結果が知りたい方は個別に対応いたしますので、連絡帳等でご連絡ください。

自分でできるけがの手当て



けがをしないように気をつけてほしいけれど、もしも、けがをしてしまった場合、自分でできる基本的な手当てを紹介しします。いざというとき、思い出して役立ててください。

はなち

鼻をつまんで、
下を向き、止血
します。
※上はむかない!



すいきず

水で汚れをよく
洗い流します。
※痛くてもガマン!



ねんざ・つきゆび

心臓よりも高
い位置にして
よく冷やします。
※その後、シップを
してから、包帯など
で固定する!



きいきず

心臓よりも高い位
置にして傷口をギ
ュッとおさえます。
※出血が多いときは
きれいなハンカチな
どでおさえる。



応急症状がよくなる場合や悪化する場合は、病院で診てもらいましょう。

保護者のみなさま、お子さまの受診はお済ですか？

夏休み明けの病院受診率

歯科・・・**47.7%** (31人/65人中)

眼科(視力)・・・**60%** (75人/126人中)



時間の確保が難しいとは思いますが、お子さまの健康を保つために、ぜひ受診をお願いいたします。受診が済んだら、受診結果の用紙をすみやかに学校へ提出してください。