

すくすく



令和4年2月2日

朝日西小学校

保健室

2月もうしばらく新型コロナウイルス感染症の拡大が続きそうですね。けんこうかんさつカードを忘れてしまったり、体温を測り忘れてしまったりなど、毎日何人も保健室来室があります。おうちの人に任せてばかりではなく、自分でもカードや検温を忘れないように工夫してみましょう！

2月の保健目標

すすんで外遊びをします



すいみん うんどう しょくじ なぜたいせつ？

びょうきにかかりにくくなる

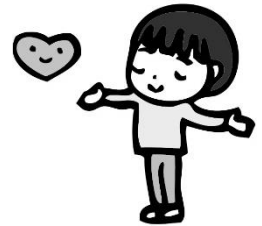
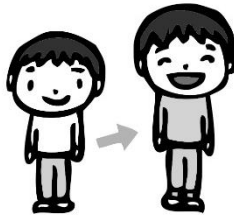
のうがしっかりはたらく



からだのせいちょうにつながる



ストレスをかるくできる



かるいうんどう おうちでも



そとあそびがむずかしい時は、

おうちでストレッチや体操をしてみよう！

なにがげんいん？アレルギー

たべもの



ほこり



かふん



きんぞく



くすり



むし・どうぶつ

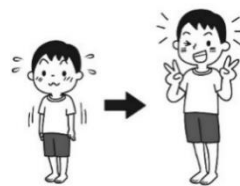


アレルギーとは、私たちの体にある「免疫（ウイルスや細菌などから体を守る力）」の働きが、体に入ってきたものに強く反応してしまい、腫れやかゆみなど、いろいろな症状がでてしまうことをいいます。

原因は、食べものや花粉、金属、ハウスダストなどいろいろなものあり、昨日までは平気でも今日突然に症状がでることもあります。何かを触ったり、食べたり、ある行動をしたときに同じ症状が何度もでるときは、アレルギーかもしれません。気がついたらおうちの人や先生に相談しましょう。

こんなに大きくなりました

4月からの身長の伸びと体重の増えの平均値

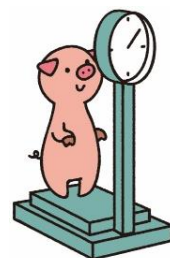


			1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
男子	身長 (cm)	4月	115.2	124.8	128.1	131.7	138.5	148.7
		1月	119.8	129.5	131.9	135.9	142.8	155.4
		4月からの伸び	4.6	4.7	3.8	4.2	4.3	6.7
	体重 (kg)	4月	21.3	24.5	26.9	29.5	34.3	40.7
		1月	23.4	27.2	29.5	32.0	38.8	46.2
		4月からの増え	2.1	2.7	2.6	2.5	4.5	5.5
女子	身長 (cm)	4月	116.1	121.4	128.7	138.1	138.6	142.4
		1月	120.1	125.2	133.8	144.2	145.2	146.9
		4月からの伸び	4.0	3.8	5.1	6.1	6.6	4.5
	体重 (kg)	4月	21.0	23.9	28.0	33.7	31.8	37.6
		1月	22.5	26.3	32.3	37.9	37.0	41.7
		4月からの増え	1.5	2.4	4.3	4.2	5.2	4.1



4月からみなさん大きくなりましたね。身長の伸びる時期や伸び方は一人ひとり違います。友だちと比べるものではなく、ちがってあたりまえです。でも、もし心配なことがあったら先生やおうちの人に相談してみましよう。

また、「たくさんの人たちの支えがあってここまで成長できた。」と感謝の心を持てると良いですね。



保護者のみなさまへ

日ごろより毎日朝夕の検温の見届けや健康観察カードの確認ありがとうございます。引き続き感染予防のため、お子様の健康観察をよろしくお願い致します。また、ご家族等でPCR検査を受けられる場合は、お手数ですが学校までご連絡をお願いいたします。ご不明な点等ございましたら学校までお気軽にご相談ください。

1～5年生の保護者様、アレルギー疾患調査票のご提出ありがとうございました。次年度も子どもたちが安全に学校生活を送れるよう対応していきます。年度の途中でなにか気になることがありましたらお気軽にご相談ください。