



平成 21 年 9 月 2 日

寒河江市立南部小学校
保健室

8月の身体計測の結果をお知らせします

裏に個人の身体計測値がかいてありますので、おうちの人といっしょにみてくださいね。
身長・体重とも順調にふえていますか？中には体重が減少している人もあります。運動量も
多い時期ですので、夏に体重がへることもめずらしくありませんが、おうちでも時々体重を
はかってみましょう。

< 南部っ子の平均体位 (8月) >

8月の平均	男 子		女 子	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年	121.3	22.4	116.9	21.5
2年	125.7	25.1	124.7	25.7
3年	130.2	28.3	131.2	27.7
4年	136.7	33.5	135.5	31.5
5年	140.3	35.9	143.4	35.4
6年	145.9	39.1	147.6	41.2

もうすぐ 運動会

- ◎あせふきタオルを毎日もってきましょう！
- ◎運動着も時々持ち帰り、洗濯をしましょう！
- ◎手足のつめは短く切っておこう！
- ◎練習後の手洗い・うがいをわすれずに！
- ◎けがをしたら、水であらってから保健室に！
- ◎運動ズックは足にあっているかな？
- ◎水分補給は、こまめに、わすれずに！
- ◎運動着も時々持ち帰り、洗濯をしましょう！



今週は・・・
「朝ごはん・はやね・はやおき」
がんばり週間です！
運動会にむけて、体調をととのえよう！