

ほけんだより

平成 22 年 9 月 1 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

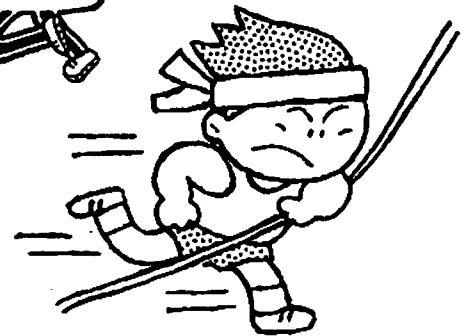
裏に個人の身体計測値が書いてありますので、おうちの人といっしょにみてください。
身長・体重とも順調にふえていますか？今年はずっと暑く、夏やせて体重がへっている人もめだちました。必要な栄養はしっかりとれるよう気をつけたいですね。

< 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	119.6	22.1	119.6	23.4
2年	126.3	24.6	122.8	24.4
3年	131.2	28.6	131.1	29.4
4年	135.4	31.5	137.6	31.9
5年	142.7	37.7	142.8	36.0
6年	147.0	39.9	149.6	39.5

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！