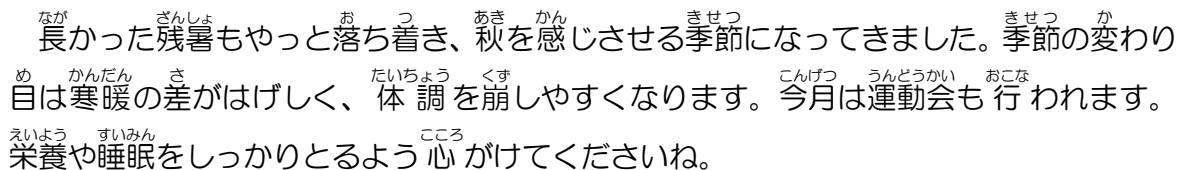


令和7年10月6日
練馬区立開進第一小学校
校長 海老沼寛之
保健室 ほけんだより



目を大切にしよう

なが　じ　かん　み　つづ
長い時間見続ける



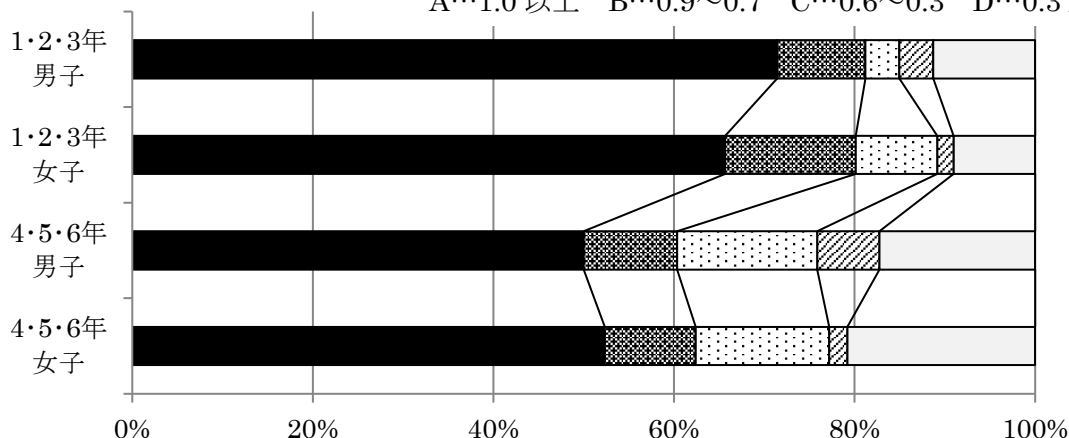
1時間^{じかん}くらい見たら
10分^{ぶん}くらいは休憩^{きゅうけい}を

A cartoon illustration of a boy with dark hair and a green shirt, looking thoughtful with a question mark above his head. A pink thought bubble above him shows a school building with a flag on top and two trees on either side. Below him, two other children, a girl in a blue shirt and a boy in a green shirt, are looking at a white sheet of paper held by the girl.



■ A ■ B □ C ▨ D □ 眼鏡・コンタクト使用者

A…1.0 以上 B…0.9~0.7 C…0.6~0.3 D…0.3 未満



上のグラフは、4月におこなった視力検査の結果です。これを見ると、高学年になるにつれ、視力低下が目立つようになり、眼鏡等を使用する児童も増えています。日頃から目にやさしい生活を心掛けるようにしましょう。

おうちの方へ

「感染症」にご注意ください！

開一小では9月半ばから「溶連菌感染症」、「新型コロナウイルス感染症」、「インフルエンザ」などの感染症が発生し始めました。これから気温が下がると、「インフルエンザ」の本格的な流行も心配されます。こうした中、学校でも常時換気や手洗いの励行などの感染拡大防止策を行っていきます。



家庭での健康観察の徹底のお願い

★毎朝、登校前にお子さんの健康観察をお願いします。

熱、咳、咽頭痛など、体に具合の悪いところはないかを確認し、発熱や強い風邪症状がある場合には、無理をせず家で休養してください。学校行事も控えています。感染拡大防止にご協力をお願いいたします。

※医療機関で「インフルエンザ」「新型コロナウイルス感染症」等の感染症と診断された場合は、主治医の登校許可が必要となります。「登校届」を学校HPからダウンロードし、保護者の方が記入の上、学校までお出ください。用紙は保健室にもありますので、必要な方は学校までお声掛けください。

つづ 続けよう手洗い習慣



4月・9月の身体測定結果

～ みんなはどのくらいのびた？ふえた？ ～



		身長 (cm)			体重 (kg)		
性別	学年	4月	9月	伸び	4月	9月	増え
男	1	117.2	119.9	2.7	21.5	22.7	1.2
	2	122.4	125.3	2.9	23.7	25.3	1.6
	3	128.7	130.7	2.0	26.8	28.1	1.3
	4	134.8	137.1	2.3	31.0	32.9	1.9
	5	138.5	140.7	2.2	33.0	34.4	1.4
	6	145.7	148.9	3.2	39.3	40.9	1.6

		身長 (cm)			体重 (kg)		
性別	学年	4月	9月	伸び	4月	9月	増え
女	1	115.8	118.3	2.5	20.8	21.6	0.8
	2	121.4	124.2	2.8	23.2	24.6	1.4
	3	127.6	130.2	2.6	26.7	28.3	1.6
	4	133.5	136.4	2.9	30.1	31.6	1.5
	5	140.2	142.7	2.5	34.5	35.6	1.1
	6	149.9	152.1	2.2	41.9	43.4	1.5

※4月、9月の測定結果が記録された「発育のようす」を個人配布いたします。そのまま発育の記録としてご家庭で保管してください。