

# ほけんだより NO. 4

令和3年9月14日

練馬区立旭町小学校

保護者のみなさまへ

## 身体計測結果「発育の様子」を配布します。

「発育の様子」は、お子様の成長の記録です。2学期の計測結果が記載されています。学校への返却は不要ですので、ご家庭で大切に保管してください。お子様の成長について、ご家庭で話題にあげていただくと幸いです。

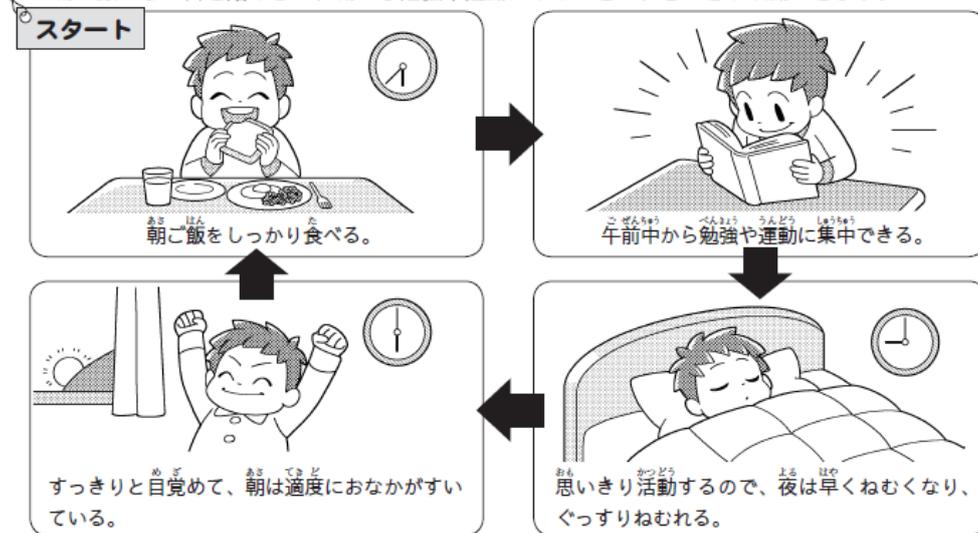
<参考>肥満度のみかた 肥満度とは、身長と体重のバランスを表す指標です。

判定	やせ傾向		普通	肥満傾向		
	高度やせ	やせ		軽度肥満	中等度肥満	高度肥満
肥満度	-30%以下	-30%~ -20%	-20%~ +20%未満	20%~ 30%未満	30%~ 50%未満	50%以上

小学保健ニュース 2021年4月18日発行 No.1260付録 ©少年写真新聞社

### 健康的な生活リズムは朝ご飯から始まります

朝ご飯から一日を始めると、朝から勉強や運動に集中できて、思いきり活動できます。



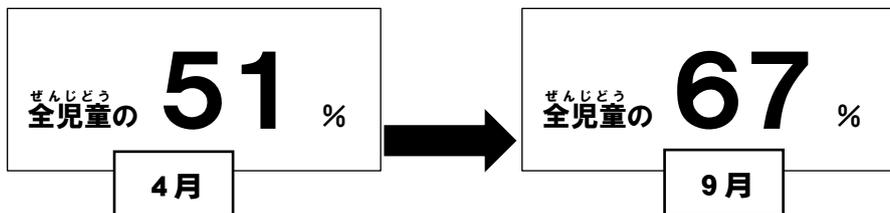
## ハンチリチェック結果発表

あさひちようしょうがっこう

りょうほう

ひと

旭町小学校で、ハンカチ・ちりがみ(ティッシュ)を両方もっていた人



予備3点セット  
マスク・ハンカチ・ティッシュ  
ランドセルに入れておきましょう。

9月は「予告あり」のチェックだったのですが、予想ほど数値はのびず、残念な結果でした。またハンチリチェックをやりますので、毎日ハンカチとティッシュを持てきましょう。

