

ほけんだより



平成 30 年 2 月 5 日
練馬区立下石神井小学校
校長 境野 弘樹
養護教諭 榎本 弘子

2月と言えば節分の豆まきですね。豆まきには、悪いものを追いはらって、よいものを呼び込むという願いが込められています。

みなさんの鬼はどんなものでしょう？
夜遅くまで起きている・友達の悪口を言う・いじわるや傷つく言葉を言う・
こんな悪いものは追いはらい、たくさんのよいものが入ってきてほしいです。



2月の保健目標

こころの健康を考えよう



インフルエンザ・感染症が流行してます！

3学期がスタートしてからインフルエンザB型による欠席で、5年生・4年生・2年生の6クラスで学級閉鎖を実施しました。これからも、インフルエンザの感染が増加する可能性があります。下記の登校前健康チェックを行い、体調がすぐれない時には無理な登校は控え、ご家庭で様子を見ていただきますよう、お願いいたします。

また、感染性胃腸炎も流行の兆しです。腹痛・吐き気・嘔吐・発熱などの症状があります。人ごみを避け、マスクを着用し、手洗い・うがいなどの予防が大切です。

1月感染症情報（出席停止）

- | | |
|------------------|------------------|
| ・インフルエンザB型・・・94件 | ・インフルエンザA型・・・2件 |
| ・感染性胃腸炎・・・・・・・7件 | ・溶連菌感染症・・・・・・・3件 |
| ・流行性結膜炎・・・・・・・1件 | ・マイコプラズマ肺炎・・・・1件 |

登校前に健康チェックをしましょう

当てはまる項目があるときには、インフルエンザや胃腸炎に感染している場合がありますので、登校してもよいかどうか、家の人に決めてもらいましょう

- | | |
|----------|--------------|
| ・熱がある | ・せきが出る、のどが痛い |
| ・おなかが痛い | ・筋肉や関節が痛い |
| ・食欲があるか | ・気持ち悪い、はいている |
| ・からだのだるい | ・十分眠ることができたか |



身体計測結果のお知らせ

1年間の測定結果です。みなさんの体は、身長が

伸びたり、体重が増えたりすることで、少しずつ

大人の体へと変化していきます。成長には、

「個人差」があり、一人一人の成長の仕方は異な

ります。

《計測学年別平均値》



身長(cm) 体重(kg)

		4 月		9 月		1 月		東京都平均 4 月 ()	
		身長	体重	身長	体重	身長	体重	身長	体重
1 年	男	115.8	20.7	118.9	21.6	120.6	22.4	116.4	21.3
	女	115.4	20.5	118.8	21.2	120.4	22	115.7	20.9
2 年	男	122.5	23.6	125.3	25	127.4	26.3	122.8	24.1
	女	121.3	23	124.2	24.3	126.2	25.4	122.1	23.6
3 年	男	128.7	27.8	131.4	29.8	133.2	31.2	128.5	26.9
	女	126.9	25.7	129.6	26.9	131.5	27.9	127.1	26.2
4 年	男	133.4	29.6	135.9	31.2	137.8	32.5	133.6	30.1
	女	133.5	29.7	136.5	31.3	138.8	32.7	133.8	29.7
5 年	男	138.8	32.2	141.3	33.6	143.3	34.9	139.3	34.3
	女	140.1	33.6	143.5	35.7	145.9	37.5	140.5	33.9
6 年	男	146.5	39.1	149.8	41.8	152.1	43.4	145.8	38.8
	女	146.4	37.7	149.1	39.3	150.6	40.8	147.2	38.8