

令和8年6月29日
練馬区立関町小学校
養護教諭　西尾 実季



　梅雨が終わりとともに夏本番です。改めて暑さに負けない体づくりへのご協力をお願いいたします。
　健康診断の結果を6月中旬に配布しました。ご確認いただき、ご不明点等ありましたら保健室までお声がけください。

関町小学校健康診断のまとめ

健康診断結果の一部を紹介します。

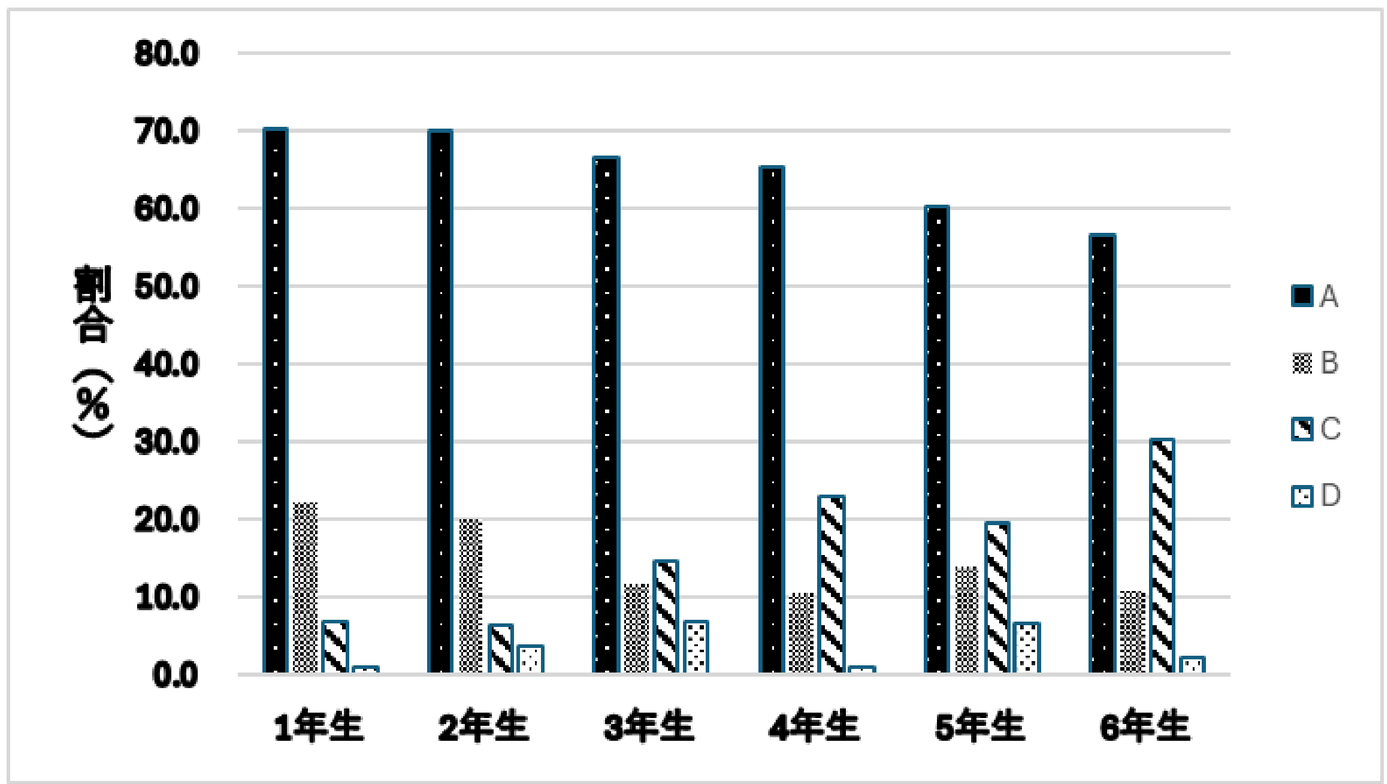
①身体計測

男子	１年	２年	３年	４年	５年	６年
身長	115.8	121.2	128.8	134.2	139.8	143.8
体重	20.7	23.0	27.2	30.1	34.5	36.9

女子	１年	２年	３年	４年	５年	６年
身長	116.3	120.8	128.6	133.5	139.8	147.2
体重	21.2	22.5	26.9	29.7	33.7	38.9

　各児童の成長曲線を作成し、必要な方にはご連絡差し上げております。お子様の成長曲線をご覧になりたい方は保健室にお声がけください。

②視力検査



※眼鏡をかけていた場合、矯正視力のみの結果となります。

7月に報告のあった感染症

新型コロナウイルス感染症・溶連菌感染症・水ぼうそう

発熱や長引く咳等の症状がありましたら無理せず療養・受診していただくようお願いいたします。

じどうのみなさんへ

熱中症と戦う みんなの体 ココがすごい！



ココがすごい！
発汗・蒸発で熱を発散して冷やす

一言MEMO
湿度が高すぎると汗が蒸発しにくく、熱を発散しにくくなります。湿度が高い日は注意！

ココがすごい！
吸った空気で肺から体を冷やす

一言MEMO
気温が高すぎると空気を吸っても体が冷えません。休憩はクーラーの効いた涼しい部屋で。

ココがすごい！
血液を皮膚の近くに集めて冷やす

一言MEMO
水分が足りないと血液が巡りにくくなることがあります。こまめな水分補給を。

保健室からのアドバイス



みなさんの体には熱中症にならないようにする機能が備わっています。すごい機能がきちんと働くには、体が健康であることが大切。基礎になるのは正しい生活習慣です。

保健委員会で歯についてのクイズポスターを作成しました。全部で８枚あります。ぜひ挑戦してみてください。