

お子様と一緒に読みください。



令和8年10月1日
練馬区立泉新小学校
校長 山岸 史子

今年は雨の多い9月でした。外で遊べない日が多かったり、日光を浴びる時間が減ったりしたことで、気分が落ち込みうつうつとした子が多かったように思います。泉新キッズタイムが終わり、次の大きな行事は学習発表会です。存分に力を発揮できるよう、体調管理を万全にして臨んでほしいと思います。



身体計測が終わりました

9月は身体計測を行いました。「発育のようす」のお手紙をお子様にお渡ししています。4月に比べて身長が3センチ程伸びている子が多く、全校児童の伸びを合わせると約16メートルにもなります。これはマンションの5階の高さに匹敵するようです。3学期の1月の計測の頃には何階の高さになるでしょうか、とても楽しみです。



保健指導を実施しました

身体計測の前の時間を10分ほど使い、養護教諭より保健指導を行いました。1、2年生は体づくりの大切な時期です。姿勢について正しい座り方と立ち方を一緒に実践しました。3年生は実は怪我での来室が多い学年です。そのため自分でできる応急手当を学びました。早速実践してくれる子が増えています。4年生は睡眠、画面の利用時間、朝食の欠食がぐっと増える学年です。生活習慣について学習しました。5年生は思春期に入ってくる時期です。体や心の変化について話し、イライラとの向き合い方を確認しました。6年生は画面の利用時間が長く、視力が低いのが健康課題です。ゲーム・ネット中毒のを中心に、健康な過ごし方について学習しました。自分の体に興味をもち、自分の健康を自分で守れる力をつけてほしいと思っています。

インフルエンザが流行しています

昨年も早い時期から流行しましたが、今年も暑い夏のうちから流行しています。学校でも換気、手洗い、マスクの着用などの呼びかけを行います。ご家庭でもお気を付けください。また、朝から少し体調不良だったけれど熱がなかったため登校し、午前中のうちに急激に39℃まで発熱するといったようなパターンが多く見られます。感染拡大のリスクが高まりますので、可能な限りご家庭での療養にご協力ください。早退の場合は必ずお迎えをお願いしていますので、ご家庭内でもお迎えになった場合に誰が行くかなどを相談しておくことをお勧めいたします。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。



10月10日は



4月の視力検査の結果、「受診のお知らせ」をご案内している方で未受診の方はこの機会にぜひ受診をお願いします。

目が疲れた目にパワーをチャージ

目がかすんだり、しょぼしょぼしたりするのは目が疲れている合図。目の疲れを軽くする方法が4つあるよ。

