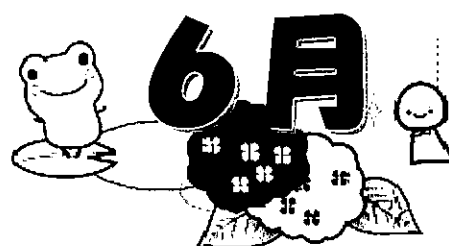


ほけんだより 6月

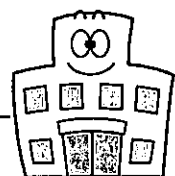


令和5年6月 山手台小学校 保健室



雨の日は
クルマに気を
つけて

6月といえば梅雨ですね。この時期は雨の日と晴れの日で気温差が激しく、体調をくずしやすいです。衣服での体温調節を心がけましょう。また、気温や湿度の高い日には、熱中症にも注意が必要です。



プールに入る前にチェックしよう!!

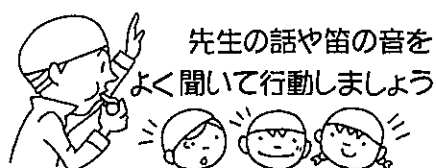
目・耳・鼻・皮膚などの病気は、プールに入って悪化したり、人にうつるものがあります。お医者さんに相談しましょう。	手足のつめを切り、耳あかをとり、耳あかをとおきましょう。	前日はよく寝て、朝ごはんをしっかり食べてきましょう。	水泳カードをしましょう。
--	-------------------------------------	-----------------------------------	---------------------

プールに
安全に入る
ためには…?

準備運動・
整理運動を
しっかり
しましょう



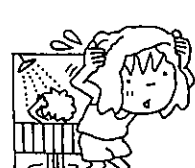
プールサイドを
走っては
いけません



先生の話や笛の音を
よく聞いて行動しましょう



水の中や
プールサイドで
ぶざけては
いけません



シャワーをよく浴び
バスタオルで
からだをしっかりと
拭きましょう

保護者のみなさまへ

身長体重測定と発育曲線について*

4月の発育測定の結果は見ていただけましたか？発育測定の結果は学期ごとに1回、お返しするので、ぜひ確認してみてください。

さて発育曲線（成長曲線）についてですが、母子手帳などで見たことがあると思います。子どもが大きくなるにつれて、なかなか発育曲線をつかってグラフをつけるような機会がないかもしれませんが、実は発育曲線でグラフを書くことでひとりひとりの子どもがどのような成長の過程をたどっているかわかるというメリットがあります。

発育曲線は個人の生年月日を基準に月齢でグラフ化されるので、例えば本人や保護者の方が「背が低いほうなのかな・・・」と心配していても、実はその子のペースで順調に成長しているということが目で見て確認できたり、「肥満」や「やせ」といった栄養状態の変化、それに加えて低身長、高身長、そして思春期早発症といった一時的に身長の伸びがよく、子ども本人や保護者も急速に伸びる身長のことをよろこんでいると、早期に身長の伸びが止まって、最終的には低身長になるといった病気などを早期に見つけることができる、というようなことがあります。

「発育曲線」でインターネット検索をすれば、簡単にダウンロードや印刷ができますし、データを入力すればグラフ化してくれるサイトもあります。

(『成長相談室』ファイザー など)

学校では全児童分の発育曲線をつけています。

発育のことで気になるお子さまには個人懇談でお声がけさせていただくことがあります。ご了承ください。

過去の測定データを知りたい、グラフのつけ方がよくわからない、その他お子さまの発育や体調のことで心配なことがございましたら、いつでも学校までご連絡ください。

