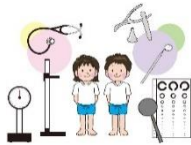


# ほけんだより5月



令和4年5月  
袋井あやぐも学園  
袋井北小学校保健室

新学期がスタートして1か月になります。新しい学級には慣れてきたでしょうか。  
寒暖差が激しい日々が続いていましたが、5月は暑い日が続くことが予想されています。  
水分補給を心掛け、熱中症にならないように気を付けましょう。



## 健康診断があります



6月末までに様々な健康診断や検査が実施されます。検査当日に欠席をし、検査が受けられないと、御家庭で校医さんの病院等に連れて行っていただく場合もありますので、なるべく欠席しないように体調管理に留意してください。

また、体格測定の結果以外の健康診断や各種検査の結果については、疾病や異常が見られる場合のみ、書面にてお知らせします。お知らせの書面が届きましたら、お早めに医療機関への受診をよろしくお願いたします。

## スクールカウンセラーの御紹介

スクールカウンセラー 友野圭子（とものけいこ）先生

袋井あやぐも学園を担当してさせていただきます。お子さんのこと気になることがあったり、心配したりすることがありましたら、担任または養護教諭まで御連絡ください。

来校時間：9：00～16：00

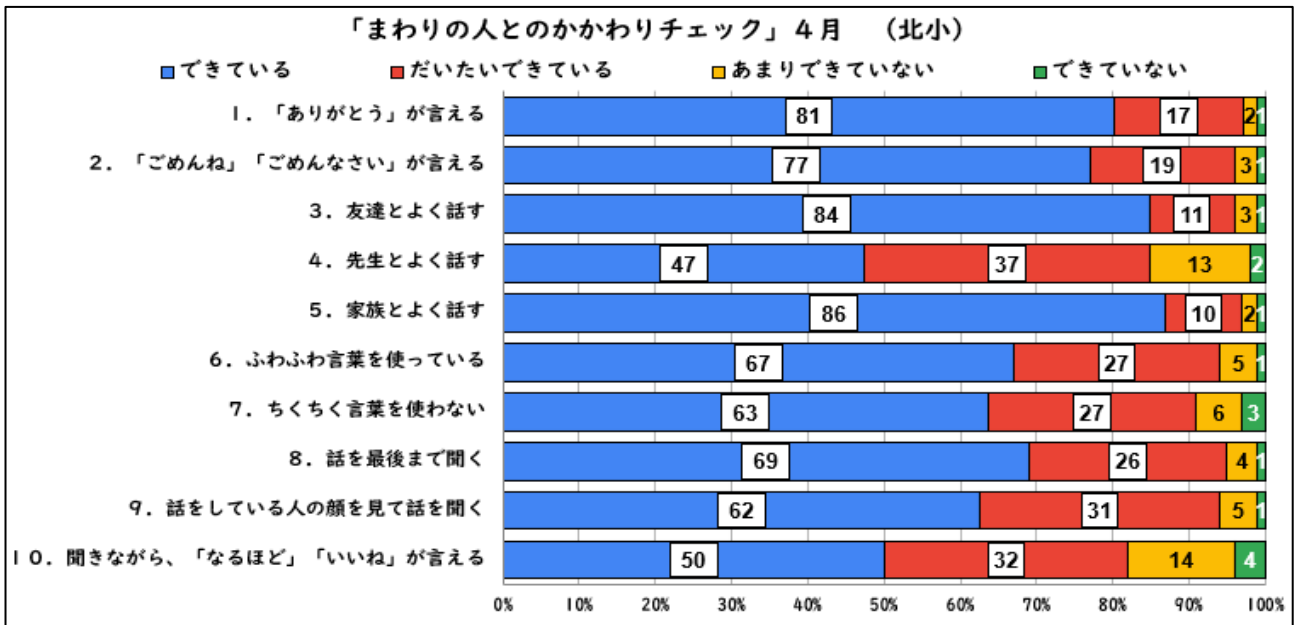
来校予定日：

| 1学期 |                  | 2学期 |                           | 3学期 |                            |
|-----|------------------|-----|---------------------------|-----|----------------------------|
| 5月  | 11日(水)<br>19日(木) | 9月  | 8日(木)<br>15日(木)<br>28日(水) | 1月  | 19日(木)<br>26日(木)           |
| 6月  | 2日(木)<br>23日(木)  | 10月 | 6日(木)<br>27日(木)           | 2月  | 9日(木)<br>*13日(月)<br>22日(水) |
| 7月  | 7日(木)<br>21日(木)  | 11月 | 10日(木)<br>17日(木)          | 3月  | 1日(水)<br>6日(月)             |
|     |                  | 12月 | 8日(木)<br>15日(木)<br>19日(月) |     | *2月13日(月)<br>9：00～12：00    |



# 健康の日

私たちは、毎日たくさんの人と一緒に生活をしています。みんなが楽しく生活するためには、「相手の思いを受け止め、自分も相手も大切に言葉かけができること」と「場に応じた意思決定、行動選択ができること」がとても大切です。袋井北小児童の“周りの人との関わり”についてアンケートをとりました。



今後、健康の日を活用して「友だち作りができる」「相手の気持ちを考えることができる」「自分の気持ちを伝えることができる」「感情をコントロールすることができる」の4つのテクニックについて学びます。



## 身体測定の結果ができました

袋井北小 平均

|     | 身長 (cm) |       | 体重 (kg) |      |
|-----|---------|-------|---------|------|
|     | 男子      | 女子    | 男子      | 女子   |
| 1年生 | 115.9   | 115.6 | 22.0    | 21.3 |
| 2年生 | 123.0   | 122.0 | 25.2    | 24.2 |
| 3年生 | 128.4   | 128.3 | 28.4    | 28.7 |
| 4年生 | 132.4   | 133.3 | 30.9    | 30.3 |
| 5年生 | 137.6   | 141.5 | 33.9    | 35.8 |
| 6年生 | 144.7   | 147.7 | 40.3    | 40.0 |

成長には個人差があります。平均より小さかったからと言って神経質になることはありません。バランスよく成長していることが大切です。しかし、急激な体重の増減があった場合は生活を振り返ってみましょう。低身長や肥満等を心配される方は、担任や養護教諭へ御連絡ください。(学校電話 42-3024)

