

ほけんだより



家庭数配付

新座市立東北小学校
令和5年3月3日
養護教諭：泉田萌花



いちねんかん

せいちょう

一年間でたくさん成長しました！



男子	4月	1月	身長の伸び
1年	116.7	121.3	4.6
2年	122.8	127.2	4.4
3年	128.7	133.3	4.6
4年	133.6	137.4	3.8
5年	139.6	144.1	4.5
6年	146.6	153.6	7.0

女子	4月	1月	身長の伸び
1年	116.2	120.7	4.5
2年	121.8	126.0	4.2
3年	128.3	131.7	3.4
4年	134.5	139.1	4.6
5年	142.1	146.9	4.8
6年	147.5	151.0	3.5

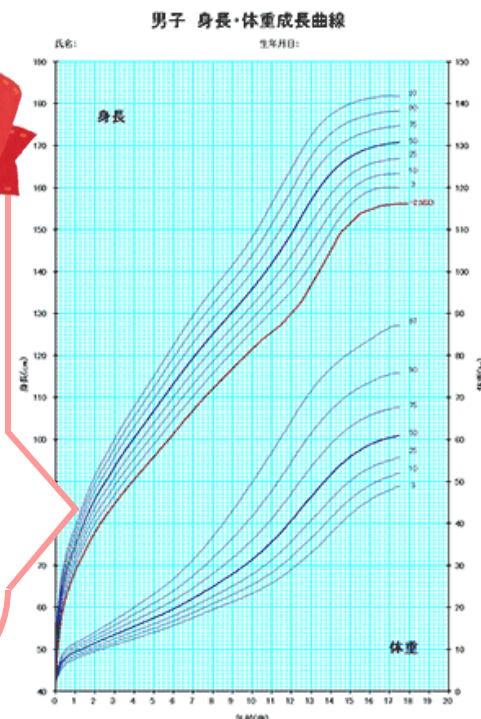
1月に今年度最後の身体測定を行いました。平均で見ると、どの学年もしっかりと身長が伸びているようです。特に6年生の男子は平均で7センチも伸びています。なんと、中には9ヶ月で10センチ以上伸びている人もいました。一般的に成長期は、生まれる前から2歳ごろまでの1回目と、10歳ごろからの2回目です。2回目の時期の平均は男子で13歳ごろ、女子で10歳ごろといわれています。東北小の結果でも、12歳に当たる6年男子の伸びは大きいです。女子でも4年(10歳)・5年(11歳)の伸びは他の年齢に比べて大きくなっています。とはいえ、成長期が訪れるタイミングは人それぞれです。ずっと背の順が1番前だったのに、中学生の間に30センチ以上伸びてみんなを抜かしたという人もいます。よく食べ、よく寝て、成長期の訪れに備えましょう。

保護者様

成長曲線について

成長曲線とは、いろいろな年齢の子どもを男女別に多数集めて身長と体重を測定し、年齢別の平均値を曲線でつないだものです。ここにお子さんの月齢時点の身長・体重を記入していくことで肥満や痩せ、低身長、身長の伸びの低下などの成長の異常の有無を確認することができます。また、小児疾患の早期発見につながる可能性があります。

成長曲線は学校からお渡しすることができます。お子さんの成長で何か気になることがございましたらぜひご相談ください。



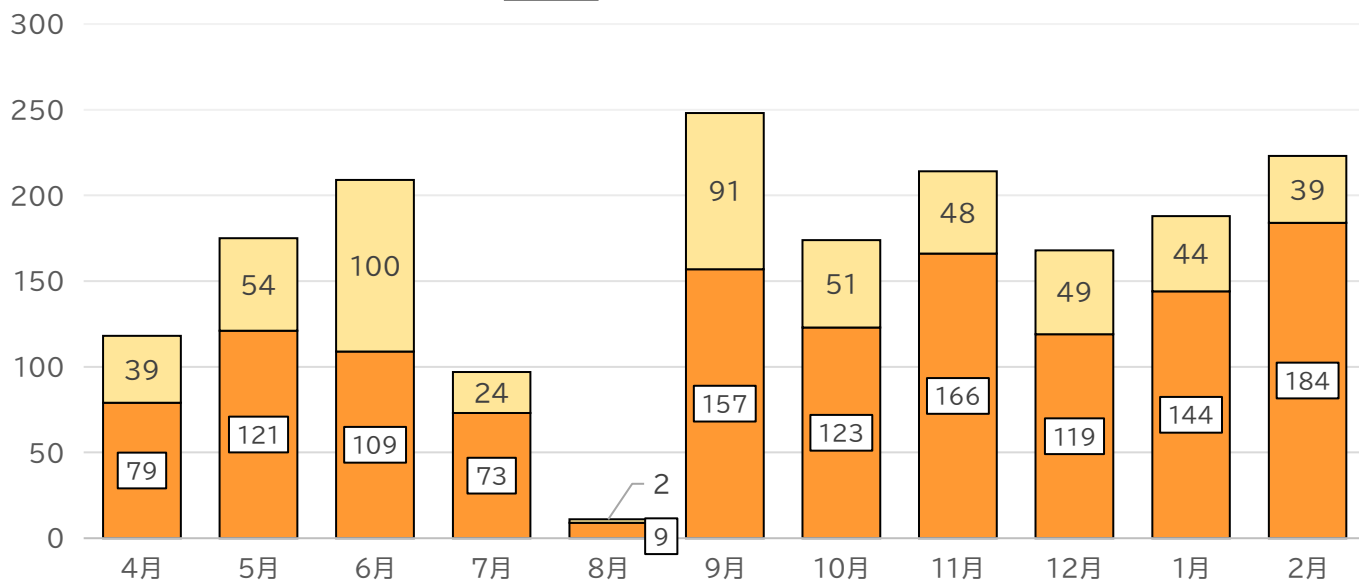


ことし ほけんしつ ようす 今年の保健室の様子



(人)

けが 体調不良



今年の来室者は合計 1825 人でした。今年は、去年に比べ体調不良で来室する児童が増加しました。理由には新型コロナウイルス感染症の感染拡大が考えられます。コロナだけではなく、風邪症状（発熱・のどの痛み・咳）はないものの、頭痛・腹痛・気持ち悪いなどの理由で来室する児童もたくさんいました。病気はないのに、体の不調が起るときには、心がか関係していることがあります。勉強のこと、友達のこと・・・心にかかったストレスが大きくなりすぎると、SOSのサインが体に表れます。特に子どもは、気持ちをうまく言葉にできないため、心の不調が体に表れやすいです。体調不良が続く時には、まずは病気が隠れていないか、病院などで調べることが大切です。病気の心配は無いのに体調が悪い場合には、もしかすると何か大きなストレスがかかっているのかもしれません。体のケアと心のケアをどちらも大切にしましょう。

いちねんかん
一年間

ありがとう
ございました

むし歯の治療率・・・

52.5%

なお 治していない人は春休み中
に治療しましょう！

いちねんかん らいしつしゃすう
一年間の来室者数・・・

1825人

けが・・・1284人

体調不良・・・541人

養護教諭からのメッセージ

本年度がまもなく終了します。骨折など大きなけがをした児童もいましたが、無事にみんなで一年間過ごすことができ、ほっとしています。また、保護者の皆様には早退や受診のお願いなど、多くの協力をいただき感謝申し上げます。これからもけがや具合の悪い時には保健室に相談してください。一年間ありがとうございました。

