

# ほけんだより夏休み号

2025.7.16

おおたかの森小学校 No.5

セミの声がにぎやかになり、いよいよ待ちに待った夏休みですね。  
夏休みの間、けがや病気、事故に注意して元気に過ごしましょう。

9月に元気なみなさんと会えるのを楽しみにしています。



暑さが続くと、体にさまざまな不調があらわれることがあります。それは、**“夏バテ”**のサインかもしれません。夏休みを元気に過ごすために、1日の過ごし方を見直してみましょう。

## 4~7月の 保健室利用状況

保健室に来た人数は **2307人** でした

けが		1596人	体調不良		711人
多かったけが		けがの多い場所		多かった体調不良	
1位	すりきず	1位	校庭	1位	頭痛
2位	だぼく	2位	教室	2位	腹痛
3位	ねんざ	3位	体育館	3位	気持ち悪さ

7月までに計2307人がけがや病気で保健室に来室しました。教室での過ごし方などを見直し、より安全にすごせるよう心がけましょう。

7/11現在

☆ご飯を食べた後は、歯をみがきましょう。  
夏休み歯みがきカレンダーがほしい人は、保健室に来てください。

## 今年度の 男女別身長・体重平均

	男子		女子	
	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1年生	117.6	21.1	115.2	20.5
2年生	123.2	23.7	122.7	23.5
3年生	128.4	27.1	127.4	26.0
4年生	133.5	29.6	133.6	29.5
5年生	140.1	34.7	141.7	34.4
6年生	146.0	39.1	147.7	38.7



## おうちの方へ

### 〇近視共有セットをお配りしました

学校医の都築先生より、ご紹介いただいた参天製薬の「近視共有セット」を配付しました。近年、目を使う時間の増加により、近視の子どもが増えています。保護者向け・児童向けの2種類がありますので、ご家庭でご確認ください。

### 〇健康診断のお知らせ配付について

検診結果のお知らせの用紙が届いた方は、もう受診されたでしょうか。お知らせをもらっても病院では「異常なし」と診断されることもあります。学校での検診は、スクリーニングとして行っていますので、ご容赦ください。

## 健康診断後の 受診状況 7/11現在

受診率(%)	
内科	41.4
耳鼻科	45.2
歯科	20.1
眼科	49.7
視力	45.9

病院を受診した方は、受診報告書を学校にご提出ください。

受診勧告書を配付したご家庭で、結果が未提出のご家庭には、個人面談の際に担任からお声かけをさせていただきます。

大切な体のことです。時間の取りやすい夏休みを利用してぜひ受診されますようお願いいたします。用紙が必要な方は再度お渡ししますので、担任または保健室までご連絡ください。

は **歯みがきカレンダー**

なつやす  
夏休みにチャレンジ /



あさ お  
朝起きたら

しょくじ  
食事のあと

よる ね  
夜寝るまえ

1日の間にぜんぶ歯みがきできたらひとつめりましょう



8月1日

8月2日

8月3日



8月4日

8月5日

8月6日

8月7日

8月8日

8月9日

8月10日

8月11日

8月12日

8月13日

8月14日

8月15日

8月16日

8月17日

8月18日

8月19日

8月20日

8月21日

8月22日

8月23日

8月24日

8月25日

8月26日

8月27日

8月28日

8月29日

8月30日

8月31日