

# 7月のほけんだよ

船橋市立薬円台小学校 令和4年7月

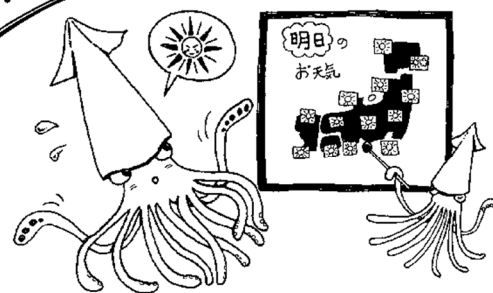
れいわ ねん はるそくてい やくえんだいしょう しんちょう たいじゅう へいきんち  
**令和4年 春測定 薬円台小 身長・体重の平均値**

|     | 男子      |        | 女子       |         |
|-----|---------|--------|----------|---------|
|     | 身長      | 体重     | 身長       | 体重      |
| 1年生 | 117.6cm | 22.6kg | 115.7cm  | 21.0kg  |
| 2年生 | 123.4cm | 24.5kg | 121.5cm  | 23.3kg  |
| 3年生 | 127.8cm | 26.8kg | 128.3cm  | 27.3kg  |
| 4年生 | 134.5cm | 32.4kg | 134.38cm | 31.09kg |
| 5年生 | 139.5cm | 32.9kg | 140.0cm  | 33.0kg  |
| 6年生 | 148.0cm | 40.1kg | 146.3cm  | 38.7kg  |

## ～ 保護者の方へ ～

- 健康診断への御協力ありがとうございました。身長・体重と視力の結果は健康カード『わたしのからだ』を配付し全員にお知らせいたしました。また歯科検診の結果も全員に個票で配付済みです。その他の健康診断については、受診や検査等が必要な場合のみに個別にお知らせを配付いたしました。御不明な点等ございましたら保健室 若松までお問い合わせください。
- 夏休みの検温及び健康観察についての記録は持ち帰りました学習用端末に入力をお願いします。9月以降につきましても紙の検温記録表は配付いたしませんので御承知おきください。

## イカ いつ暑いかい？



出かける前に、気温や熱中症情報、急な天気の変化など、天気予報で確認しましょう。日焼けや暑さ対策を忘れずに。

回文でチェック！  
**夏を**

**元気**に過ごす  
 ポイントは？

回文とは…  
 上から読んでも下から読んでも  
 同じ言葉になる文のこと

## 鯛は 渴いた



「のどが渴いた」と感じる前に、こまめな水分補給を。汗をたくさんかくときは、スポーツドリンクやタブレットなどで塩分もとりましょう。

## 軽い お塩 いるか？

## 猫 スタミナ満たす子ね



冷たくてさっぱりしたものばかり食べていると、スタミナ切れになってしまいますよ。朝・昼・夜、栄養バランスのいい食事を。

## 寝つきいい キツネ



睡眠不足は夏バテの原因に。汗を吸う素材のパジャマを選んだり、上手にエアコンを使って、ぐっすり眠れる環境づくりをしましょう。



## 夏休みの間に治療を済ませよう



歯科検診の結果、治療や検査が必要と判断された人は**191人(約30%)**でした。

まだ歯医者さんでみてもらっていない場合は、夏休みの間に検査や治療をすませましょう。(まずはおうち人に歯医者さんの予約を取ってもらいましょう)

そしてさらに、歯のきれなみがき方を本やインターネットなどで学んで歯磨き名人をめざしましょう！きれいな歯と歯茎は宝物です。