

# ほけんだより



令和3年5月6日

第2号

渋谷区立富谷小学校

養護教諭

入学・進級をしてから1か月が経ちました。新しい環境の中で緊張が続いていると思いますが、ゴールデンウィークでゆっくり休めましたか？緊張も取れ、やる気が出ない、だるいなどの、心身の不調が出やすい時期です。睡眠を十分にとったり、気分転換を行い、心をリフレッシュしましょう。ぜひ、イチオシの気分転換方法を教えてください！



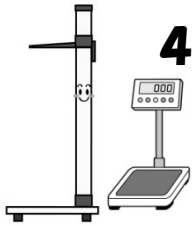
## 5月の健康診断の予定

| 日  | 月                                     | 火                     | 水  | 木                   | 金  | 土  |
|----|---------------------------------------|-----------------------|--|---------------------|----|----|
| 2  | 3                                     | 4                     | 5  | 6<br>耳鼻科検診<br>(全学年) | 7  | 8  |
| 9  | 10<br>歯科検診<br>(1、2)<br>尿検査2次<br>(対象者) | 11<br>心臓検診<br>(1、対象者) | 12<br>内科検診<br>(1、2)<br>体育着<br>尿検査2次<br>追加(対象者) | 13<br>眼科検診<br>(全学年) | 14 | 15 |
| 16 | 17<br>歯科検診<br>(5,6,いずみ)               | 18                    | 19   | 20                  | 21 | 22 |
| 23 | 24                                    | 25                    |  | 27                  | 28 | 29 |
| 30 | 31                                    |                       |  |                     |    |    |

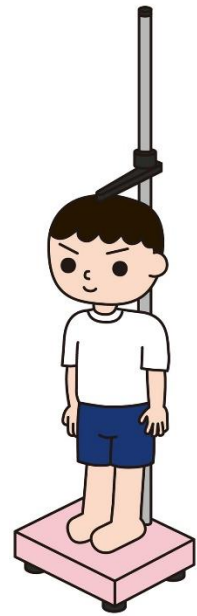
歯科検診の当日は

しっかり歯をみがいてきてください。

がっ はついくそくていけっか へいきんち  
**4月の発育測定結果の平均値**



|             |   | がっ<br>4月         |                   |
|-------------|---|------------------|-------------------|
|             |   | へいきん<br>平均<br>身長 | へいきんたいじゅう<br>平均体重 |
| おんせい<br>1年生 | 男 | 117.0 cm         | 21.6 kg           |
|             | 女 | 117.1 cm         | 21.0 kg           |
| おんせい<br>2年生 | 男 | 123.7 cm         | 24.8 kg           |
|             | 女 | 122.6 cm         | 22.9 kg           |
| おんせい<br>3年生 | 男 | 129.0 cm         | 27.7 kg           |
|             | 女 | 129.7 cm         | 27.0 kg           |
| おんせい<br>4年生 | 男 | 133.7 cm         | 30.1 kg           |
|             | 女 | 135.0 cm         | 30.5 kg           |
| おんせい<br>5年生 | 男 | 140.3 cm         | 33.8 kg           |
|             | 女 | 143.0 cm         | 36.7 kg           |
| おんせい<br>6年生 | 男 | 144.9 cm         | 39.3 kg           |
|             | 女 | 148.2 cm         | 37.3 kg           |



はついく こじんさ うえ ひょう へいきんち じぶん けいそくけっか たか ひと  
 発育には“個人差”があります。上の表の平均値が、自分の計測結果より高い人  
 もいれば、低い人もいると思います。それは、はついく はや はついく しかた ひと  
 ぞれちがうからです。しかし、みなさん一人一人の体は確実に成長しています！



保護者の方へ

【1年生】

5月11日(火)に心臓検診の実施予定です。欠席された方は欠席者検診を保護者同伴のうえ、受診をしてください。

- 1 場所 : 渋谷区役所本庁舎8階
- 2 検診日時 : 令和3年5月17日(月)  
 受付時間 午後2時30分~3時30分まで
- 3 持ち物 : 心臓検診問診票 (学校で保管中のため、受診の際にお渡しします。)
- 4 検診内容 : アンケート調査、心音・心電図検査
- 5 費用 : 無料