

ほけんだより

令和7年月6月6日
上ノ原小学校保健室

6月の保健目標
・歯を大切にしよう

6月になりました。水泳の授業が始まりますし、なにより、蒸し暑い日が続くようになります。子どもは体温調節が上手ではないため、毎日の体調管理を念入りにお願いします。



身長・体重の平均について

今年度の健康診断が終了しました。結果のお知らせが届いている場合は、早めの受診をお願いします。

下表は今年度の身長・体重の平均です。お子様の成長の参考にしてください。健康診断の全結果は6月の中下旬頃にお知らせをします。

		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
男子	身長	115.7	122.4	128.8	135.8	139.8	146.3
	体重	20.8	23.6	27.9	32.1	34.5	39.2
女子	身長	114.8	121.6	128.1	132.2	140.2	148.3
	体重	20.4	23.6	27.2	29.2	35.2	39.1

安全に楽しく参加できるように

6月2日から水泳指導の時間割が始まっています。子ども達が楽しく安全に水泳の授業に参加できるように、

「顔色は良好かな?」「朝食は食べられたかな?」「夜はよく眠れたかな?」「熱はないかな?」

といった、毎朝していただいている健康観察をより丁寧に行ってください。また、健康診断で水泳に影響のある疾患の疑いでお知らせをもらっている場合は早めの受診をお願いします。



水ぼうそうの流行状況

上ノ原では、4月に4年生を中心に流行していました。5月にも少し流行が見られましたが、再び落ち着いています。

水ぼうそうは、空気感染、飛沫感染、接触感染で広がり、潜伏期間も2週間と長いです。予防方法はワクチン接種が有効ですが、接種をしても罹患することがあります。発疹は頭や手足、体にポツポツと現れるので、お風呂上りや朝に送り出す前などに、健康観察の一つとして肌の様子を見ていただくようお願いします。

けがの経過観察はご家庭で

「家でケガしたところが痛い」や「昨日けがしたところの絆創膏がとれた」「保健室で見てもらってと言われた」といった来室が増えていきます。保健室は学校で起きたけがに対して応急手当を行います。経過観察はできません。お子さんの体調やけがについて相談を受けることは可能ですが、診断をつけることはできませんので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。