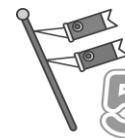




平成29年5月2日
黒部市立荻生小学校



5月の行事

あっという間に5月になりました。みなさん、新しい環境に慣れてきましたか？ゴールデンウィークが始まっています。生活リズムが乱れないように、気を付けて過ごしましょう。

また、4月から健康診断が始まっています。検診の前日は、耳掃除をしたり、前髪が目にかからないようにしたりするなど、検診に向けての準備を忘れずにしましょう。



＜5月の保健目標＞



9日(火)	内科検診
9日(火)	尿検査1日目
10日(水)	尿検査2日目
11日(木)	耳鼻科検診
11日(木)	眼科検診
25日(木)	尿検査予備日

病気の予防と治療をしよう！

＜歯科検診の結果について＞

4月28日(金)に行われた歯科検診の結果をお知らせします。治療カードは、むし歯の他にも、要注意乳歯や歯列、歯垢、歯肉も含まれます。

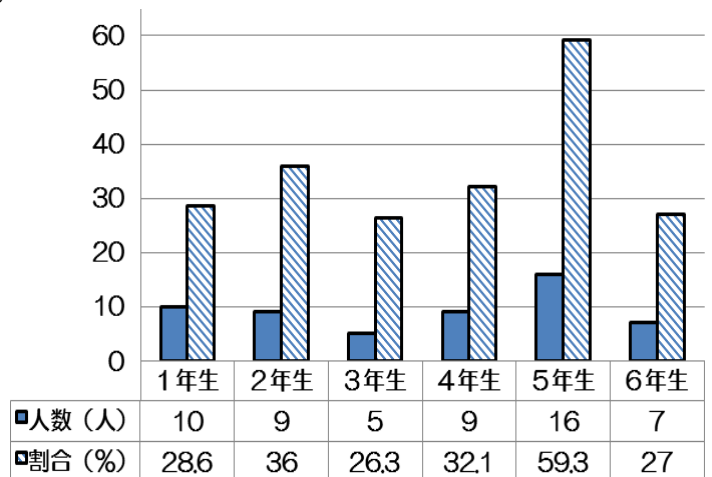


歯肉炎で歯ぐきがはれている人は全校で22人いました。

むし歯の多かった学年は5年生でした。歯科検診では、歯医者さんが「フッ素入りの歯みがき粉を使って、ていねいにみがきましょう。歯ぐきもみがきましょう。」と言っておられました。歯を磨くだけでなく、歯ぐきのマッサージも心がけましょう。



(%) 治療カードをもらった人の割合と人数



♪上手に気分転換をしてストレスのない生活を♪



新しい生活が始まって1か月がたちました。緊張が少しずつほぐれ、疲れを感じ始める人が多くなるのがこの時期です。疲れやストレスを感じたら、好きなことをして気持ちを落ち着かせ、ストレス状態をなるべく長引かせないようにしましょう。



<1学期の身体測定・視力測定の結果について>

4月13日（木）の身体測定、4月17日（月）・19日（水）に行われた視力測定の結果をお知らせします。

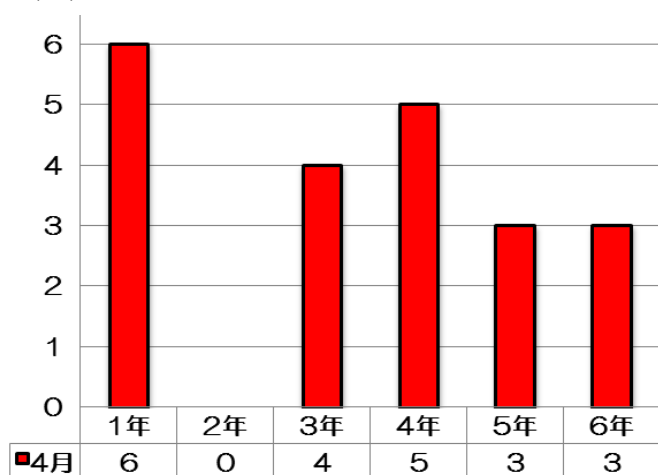
学年の身長・体重の平均値

	男子		女子	
学年	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年	○ 118.5	○ 22.1	△ 115.7	△ 19.4
2年	○ 126.2	○ 24.8	○ 122.4	○ 23.9
3年	○ 129.6	○ 29.7	△ 126.8	△ 25.7
4年	○ 134.1	○ 32.0	○ 135.1	△ 29.3
5年	○ 140.4	△ 33.4	○ 141.8	○ 36.8
6年	○ 148.1	○ 42.1	○ 147.3	△ 38.0

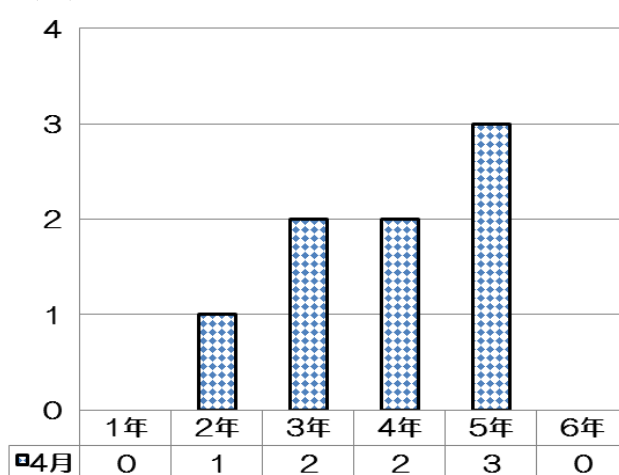
○・・・富山県の平均を上回る

△・・・富山県の平均を下回る

(人) 学年の低視力者数（視力の1.0未満）



(人) 肥満傾向児数（肥満度20%以上）



<生活を振り返ろう！>

新学期が始まってから1か月が過ぎました。この1か月間、みなさんの生活はどうでしたか？
4月からの生活を振り返り、（ ）に○を付けましょう。

- () 朝、スッキリ起きられる。
- () 毎朝、朝ごはんを食べている。
- () 毎日、うんちが出る。
- () 家や学校では、しっかりあいさつをしている。
- () 元気に遊んだり、スポーツをしたりして、体を動かしている。
- () 家の手伝いをしている。
- () テレビ・ゲームは、時間を決めて守っている。
- () 夜は、ぐっすり眠れている。

