



保健だより

平成26年10月1日
尾張旭市立東栄小学校

天気予報 (気温) をチェックしよう

季節の変わり目はお天気が変わりやすく、一日の気温差も大きくなります。朝は、冷えているので暖かい服を着て登校し、汗をかいている子や、学校に来てから「寒い」と言って保健室にくる子もいます。



朝は忙しいですが、その日の気温をチェックし、おうちの人とも相談して、その日にどんな服装で登校するか、考えましょう。



また、気温や活動に合わせて、こまめに上着を脱いだり着たりして、調節しましょう。

— — — — いよいよ 運動会です — — — —

いよいよ 待ちに待った運動会です。今まで、いろいろな準備や練習に取り組んできましたね。当日、一生懸命にがんばるみなさんの姿を楽しみにしています。



運動会で100%の力をだすために



前日の夜

手や足のつめをチェックしよう。



早く寝て、前日までのつかれをとろう。



当日の朝

体温をあげ、元気に運動ができるように、朝ごはんをバランスよく食べよう。



運動会では

けがを予防するために、準備運動をしっかりしよう。



水分をこまめにとろう。



10月10日(金)・・・3年
 10月14日(火)・・・1年
 10月15日(水)・・・2年
 10月16日(木)・・・たんぽぽ
 10月17日(金)・・・4年
 10月20日(月)・・・5年
 10月21日(火)・・・6年

しりょくけんさ おこな 視力検査を行います



視力検査を行います。目をかくすために
 ハンカチを持ってきてください。また、
 めがねを使っている人は、めがねも忘れないように
 持ってきてください。

保護者の皆様へ

視力検査が終わりましたら、健康手帳をお返しします。9月に測定しました身長、体重と視力検査の結果をご確認ください。

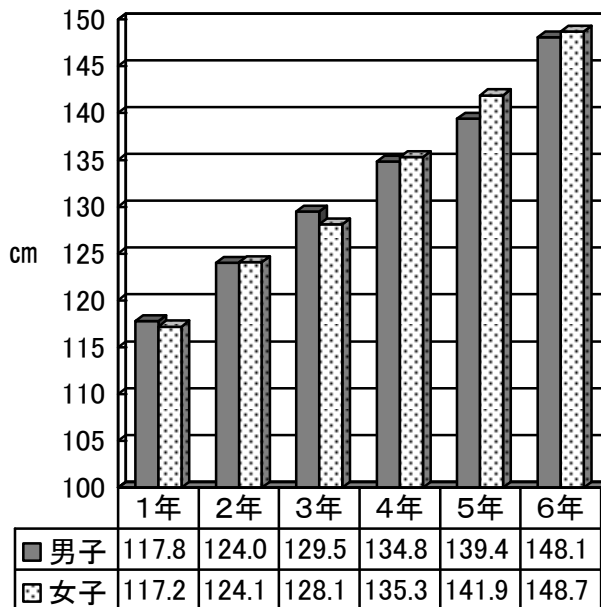
4月の視力検査の結果より視力が下がっている場合や、4月に「視力検査結果のお知らせ」をお渡しした方で、まだ、受診されていない場合は、10月の視力検査後に「視力検査結果のお知らせ」をお渡ししますので、折を見て眼科を受診されることをおすすめします。

なお、健康手帳は最終ページに保護者印を押していただき、担任までお返しく下さい。

9月に測定した各学年の身長・体重の平均



9月学年・男女別平均身長



9月学年・男女別平均体重

