

# ほけんだより

号外  
2024.9.13  
正院小学校

ひと夏を終えて、みなさんの視線がぐっと高くなったように感じます。ひとりひとり顔や性格がちがうように、成長のしかたや早さもそれぞれです。今「あまりのびなかった・ふえていない」場合でも、中学や高校から一気にのびる場合があり、体はその人にあった成長のしかたをします。だれかとくらべるのではなく、自分の身長や体重がバランスよく成長しているかを、たしかめてみましょう。

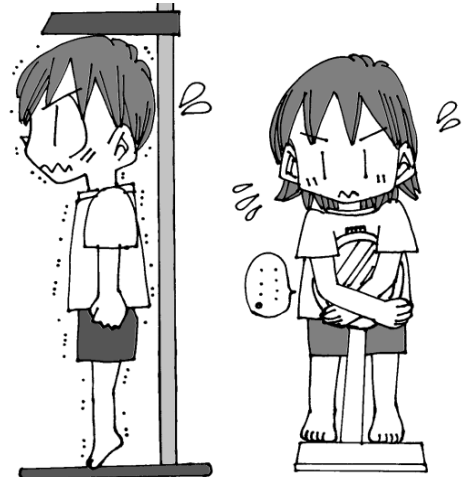
## 2学期の身体計測結果

### 男子

|    | 平均身長    | のび     | 平均体重   | ふえ     |
|----|---------|--------|--------|--------|
| 6年 | 150.0cm | +2.3cm | 46.5kg | +2.4kg |

### 女子

|    | 平均身長    | のび     | 平均体重   | ふえ     |
|----|---------|--------|--------|--------|
| 1年 | 115.0cm | +2.2cm | 20.4kg | +0.4kg |
| 4年 | 138.7cm | +3.4cm | 34.1kg | +1.4kg |
| 6年 | 152.8cm | +3.4cm | 42.4kg | +1.6kg |



※男女各1名しかいない学年（2年生）は、プライバシー保護の観点から、掲載しません。

※『のび』『ふえ』は4月から9月までの差です。

## あなたはどれだけ大きくなったのかな？

\_\_\_\_年\_\_\_\_さんは、4月から9月までに、

身長は\_\_\_\_cm → \_\_\_\_\_万円ぶんのびました！

※（ ）cmになりました

体重は\_\_\_\_kg → たまご\_\_\_\_コぶんふえました！

※（ ）kgになりました

※1万円さつを100枚つみあげると、1cmの高さになります。また、卵1コは50gです。

なつやす げんき ちよきん けっか  
夏休み元気ハッピー貯金カードの結果について

|                           |      |     |
|---------------------------|------|-----|
| まんてん<br>満点                | プラチナ | 0人  |
| 80% <sup>たっせい</sup><br>達成 | ゴールド | 6人  |
| 50% <sup>たっせい</sup><br>達成 | シルバー | 11人 |
| 50% <sup>みまん</sup><br>未満  | ブロンズ | 0人  |

かいいん たっせいしゃ  
【ゴールド会員達成者】

- 2年 山田 大隆さん
- 4年 堂端 和奏さん
- 4年 西 こはるさん
- 6年 小町 一颯さん
- 6年 番匠 衣乃里さん

ぜんはん こうはん わ  
前半と後半に分けてのとりくみでしたが、後半に  
ポイントアップする人<sup>ひと</sup>がたくさんいたので、みなさん  
のやる気とがんばりが見えるうれしい結果とな  
りました。「早おき」や「メディアを9時まで<sup>けっか</sup>にやめ  
る」に×がつく人<sup>ひと</sup>もいましたが、生活リズムが<sup>せいかつ</sup>大き  
くずれる人はいなかった<sup>おお</sup>ので、ほとんどの人は2  
学期<sup>がつき</sup>を元気にスタートできています。

うんどうかい む どうじつ じぶん ちから じゅうぶんはつき  
運動会に向けて、当日は自分の力を十分発揮で  
きるように、ひき続き、規則正しい生活<sup>せいかつ</sup>を心がけま  
しょう。



うんどうかい くつ あし あ  
もうすぐ運動会！靴が足に合っているか、チェックしておきましょう。

こ 子どもの靴選び ここがポイント

くつぞこ かた  
靴底が硬すぎないもの



こう ぶぶん  
甲の部分がフィットするもの

さき すこ  
つま先に少しゆとりがあるもの

こ あし ゆび じめん ある くつぞこ ま  
子どもは足の指で地面をつかむようにして歩くため、靴底が曲がりやすく、つま  
先<sup>さき</sup>に指を動かすゆとりがあるものを選びましょう。また、しっかりフィットするよ  
うに、ひもかワンタッチテープで甲の高さを調整できるものがよいです。

こ あし おお あ げんいん  
子どもの足はすぐに大きくなります。サイズが合っていないと、ケガの原因に。  
か げつ おお  
3カ月ごとに大きさをチェックしましょう。

