

# \* ほけんだより \* 5月

家庭数

令和6年4月27日発行

さいたま市立馬宮東小学校  
保健室

学年が変わり1か月ほどが経ちました。4月の緊張も和らいでくる5月は、疲れが出てくる時期です。明日からゴールデンウィークが始まります。楽しいなことがあると疲れは吹き飛びますが、終わったころにはまた疲れが出ます。早ね・早起き・朝ごはんを心がけ規則正しい生活をして過ごしましょう。



## 1学期発育測定の結果（馬宮東小の平均）

		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
男子	身長(cm)	118.2	123.9	130.1	133.5	138.9	145.1
	体重(kg)	21.5	25.3	28.4	31.3	34.7	38.0
女子	身長(cm)	116.1	121.4	129.0	132.5	141.1	145.8
	体重(kg)	20.1	22.8	27.4	29.8	34.1	39.5

上の表は、発育測定結果の校内平均です。身長や体重の伸びには個人差がありますので、参考にしてください。

## ~5月の保健目標~ 自分の生活を見直そう



毎日元気に学校生活を送るためには、家での過ごし方を工夫することも大切です。自分の生活を見直し、できることから始めて、規則正しい生活を送りましょう。

## 5月の保健行事予定

月	火	水	木	金	土	日
		1 さいたま市民の日	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
6 振替休日	7 聴力検査 5、6年	8 聴力検査 2、4年 ○尿検査キット配付	9 聴力検査 たんぼぼ、1年 ●尿検査一次	10 聴力検査3年 ●尿検査予備	11	12
13	14 聴力検査 2次・欠席者	15 内科検診 2・4・6年 若山 Dr. 13:30~	16 歯科健診 3・4・5年 湯澤 Dr. 8:50~	17	18	19
20	21 耳鼻科検診 全学年 武石 Dr. 9:00~	22 眼科検診 全学年 濱田 Dr. 9:00~	23	24	25	26
27 歯科健診 たんぼぼ・1・2・6年 安田 Dr. 8:50~ ○尿検査キット配付（該当者）	28 ●尿検査二次（該当者）	29	30	31 歯科巡回指導（5年）		

## 保護者の方へ

健康診断の結果、治療や再検査が必要なお子さんには『受診のお知らせ』をお渡します。早めの受診をお願いします。また、6月より水泳学習が始まりますが、疾病によっては水泳学習前に治療が済んでいないと、症状が悪化させる恐れがあります。耳鼻科検診・眼科検診の結果、お知らせを受け取った御家庭は、水泳学習前までに医療機関を受診し、水泳学習の可否の確認と、受診結果を担任まで提出していただきますようお願いします。