令和６年１月３０日

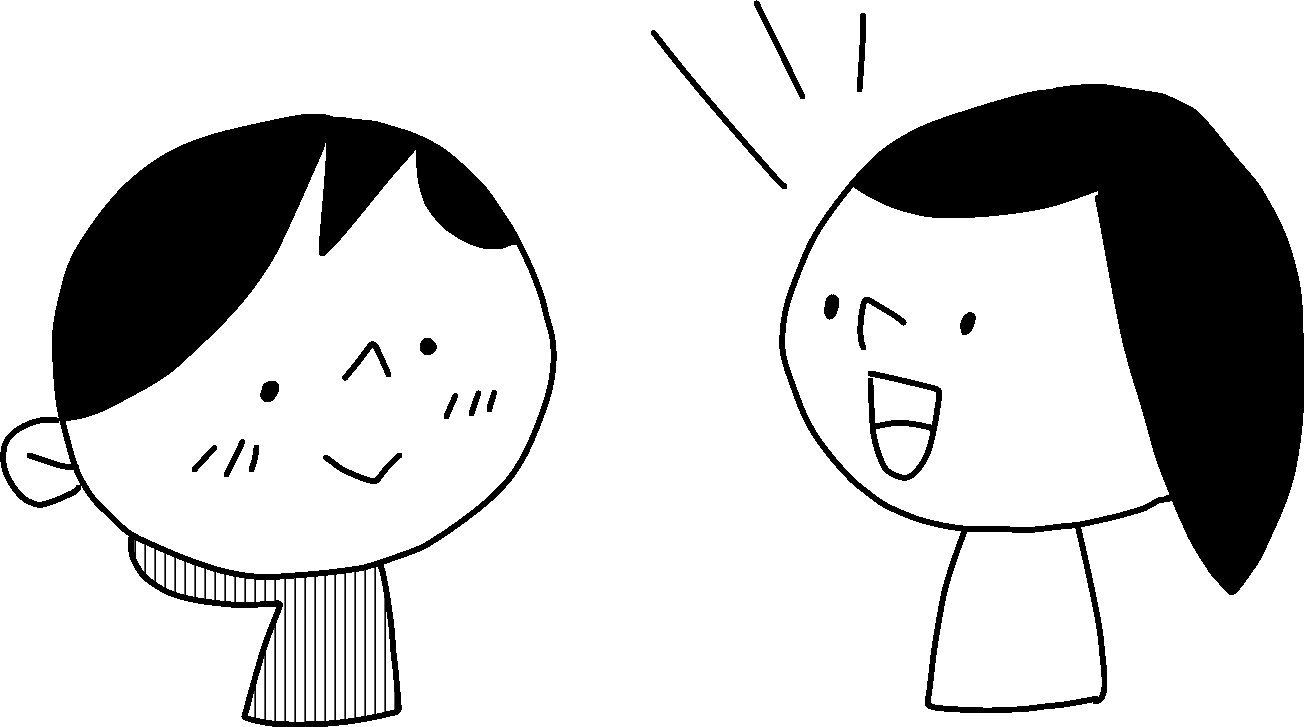
**ほけんだより**

台東区立金竜小学校

校長　伊東悌夫

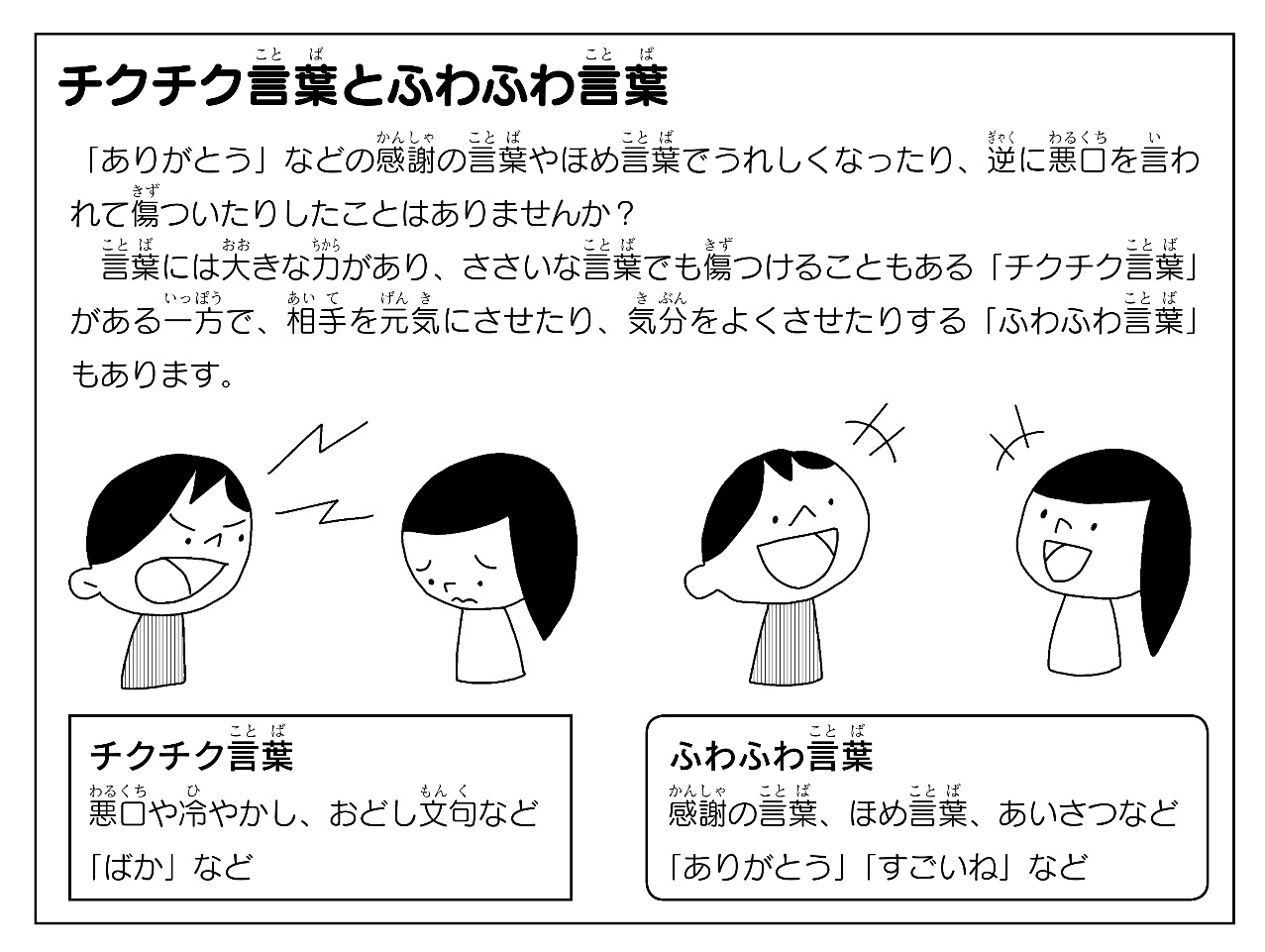
養護教諭　田井萌子

202４年の幕があけて、早くも1か月が過ぎました。本校だけでなく、台東区内全域で見てもインフルエンザや新型コロナウイルスでの欠席が増えています。お友達が休んでしまい心配になったり、気持ちが落ち込んだりすると、精神的にも体調を崩しやすくなってしまいます。しっかりとごはんを食べて、ゆっくりとお風呂に入ってリラックスする、睡眠時間をたっぷりとるなどして、寒さと感染症を乗り越えたいですね。



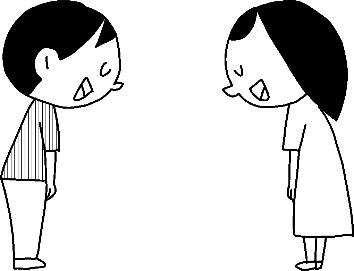
の

おたがいをにしよう



　になく、でたちをでかけるときがあります。っているはのつもりかもしれませんがわれたやりでいているはどううでしょうか？やりのことをい、しいかけができるよう、ごでもってみてください。

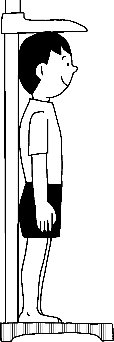
の

　ちのいいや、はだけでなくもがくなります。それだけでなく、のトーンや、でのをじることもできます。や、とやなができていますか？かをしたりせず、のちですぐにめられるコミュニケーションがやです。がけてからできるようになるといいですね。

・おはよう　　・こんにちは　　・いってきます　　・ただいま

・ありがとう　・どういたしまして　　・だいじょうぶ？

・ごめんなさい　　　　　　　　　　　　　　　　　　　…など



　今年度最後の身体測定が終了しました。４月・９月・１月の記録を記載した「発育のようす」を子供たちに配布しております。プリントは各ご家庭で大切に保管していただき、お子さんの成長を振り返ってください。測定日に欠席をしてしまったお子さんは、計測ができ次第、結果をお渡しします。

発育のようす　身体測定後に配布いたしました

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 身体測定（１月）結果　　　※各学年男女別平均 | | | | | | | | |
|  | | １年 | ２年 | ３年 | ４年 | ５年 | ６年 |
| 身長  （cm） | 男子 | 123.7 | 130.4 | 134.7 | 140.7 | 146.6 | 152.7 |
| 女子 | 124.4 | 127.8 | 134.7 | 142.6 | 147.4 | 153.5 |
| 体重  （kg） | 男子 | 23.0 | 27.9 | 29.3 | 36.0 | 37.9 | 44.7 |
| 女子 | 23.4 | 247.8 | 29.8 | 35.7 | 36.8 | 43.1 |

**「」ってなんだろう？**

　はスギやヒノキなどのがやのについて、のかゆみや、くしゃみ、、づまりなどのをこすアレルギーです。

