



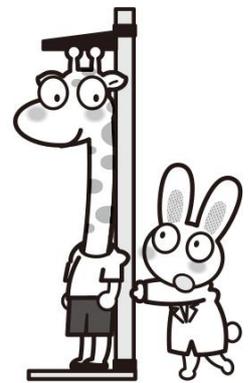
令和6年9月2日
足立区立千寿小学校

夏休みが終わり、再び子供たちの元気な姿を見ることができたこと、大変嬉しく思います。暑さや久しぶりの学校生活に疲れ、体調をくずしやすいときです。早寝早起き朝ごはんを意識し、生活リズムを学校モードに切り替えていけるよう、ご家庭でもご協力をお願いします。

前期の終わりに、児童の生活習慣の実態を把握するためのアンケート調査を行います。

発育測定のお知らせ

日程	対象学年	お願い
3日(火)	6年生	<ul style="list-style-type: none"> ・9月の測定では、身長・体重を測定します。 ・体操着を着用します。 ・ポニーテール等、高い位置で結んだり、大きな髪飾りは避けてください。
4日(水)	5年生	
5日(木)	4年生	
6日(金)	3年生	
9日(月)	2年生	
10日(火)	1年生	



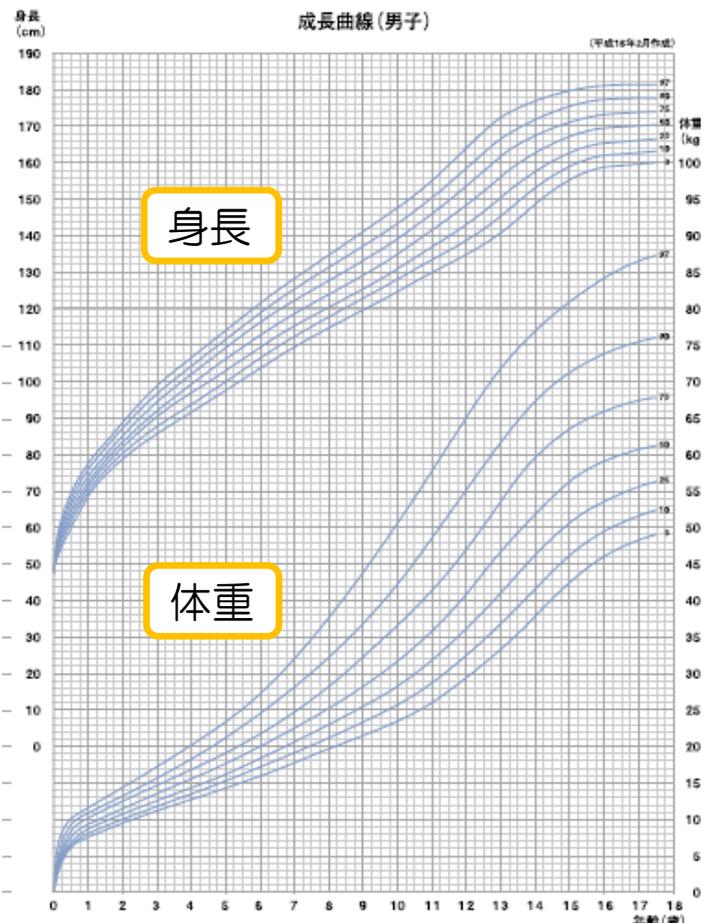
発育測定が終わりましたら『発育の様子』をお渡ししますので、ご家庭で保管をお願いします。『発育の様子』の裏面に成長曲線を載せる予定です。読み方につきましては、以下をご覧ください。

図の上部の曲線が身長、下部の曲線が体重の発育曲線基準線です。上から97、90、75、50、25、10、3パーセンタイル曲線といいます。

3パーセンタイル曲線は、100人中、前から3番目、50パーセントタイル曲線は前から50番目に当たる同じ年齢の子供の身長や体重の増え方を示しています。

お子様の成長曲線が、曲線の中にあれば、通常は問題ありません。しかし、平均身長との差が大きい場合や、徐々に平均から離れていく場合、一番下の線あたりに数値がある場合には、何らかの原因による低身長症である可能性もあります。その中には、条件を満たせば成長ホルモン投与による治療ができるものもあります。

今回のお子様の発育測定の結果についてご相談等がありましたら、養護教諭にご連絡ください。



せんじゅしょうがっこう じどう
❖千寿小学校の児童のみなさんへ

ひと いっしょ よ
おうちの人と一緒に読みましょう❖

4~7月

がっほけんもくひょう
【9月保健目標 ケガを防ごう】

ケガで来た人

804人

一番多かったケガ

だぼく
打撲 312人



がっからがっのあいだひとつくえ
4月から7月の間、人や机にぶつかってケガをした
じどう
児童がたくさんいました。なかにはろうか
はし
廊下を走っていて、ひと
とぶつかりケガをした人もいます。あわ
わて
慌てているときやつか
が
疲れているときは、ちゅういりよく
さ
注意力が下がりケガが
お
こ
り
や
す
い
です。しゅうい
じょうきょう
お
つ
み
周囲の状況を落ち着いて見
られるようにじかん
よゆう
をもってこうどう
したり、しっか
り
とすいみん
つかれ
の
をとり疲れを残さないようにしまし
ょう。

タイムスリップ探偵

はや
な
お
早く治った謎を解け!

いっしょ
一緒にいてケガをした2人組。
1人はケガが早く治ったらしい。
はや
な
お
早く治ったのはどっち? それは何ぞ?

ケース1+

うんどうじょう ころ
運動場で転んでケガをした



あ
と
こ
う
ど
う
み
ケガをした後の行動を見よう。>>

Aさん



きずぐち
みず
あら
傷口を水で洗った。

Bくん



そのままにした。



はや
な
お
早く治ったのは
Aさんだ!

すな
どろ
砂や泥がついたままだと、きずぐち
傷口からばい菌
はい
が入ってしまうから
みず
あら
せいで
ね。水で洗って清潔にしよう。

ケース2+

あつ
暑いフライパンを触ってやけどした



あ
と
こ
う
ど
う
み
ケガをした後の行動を見よう。>>

Cさん



ずいどうすい
水道水で
5分以上冷やした。

Dくん



こおり
氷で
5分以上冷やした。



はや
な
お
早く治ったのは
Cさんだ!

こおり
ひ
氷だと冷えすぎてひふ
きず
皮膚を傷つけるかも。水で冷やして、やけど
しんこう
お
の進行を遅らせたり、痛みを和
いや
らげたりしよう。

ケース3+

こうてい
校庭でサッカーをしていてぶつかった



あ
と
こ
う
ど
う
み
ケガをした後の行動を見よう。>>

Eさん



うご
動けそうだったから傷口を
あら
洗って、そのまま帰った。

Fくん



むり
うご
無理に動かさず、保健室
こ
てい
で固定して冷やした。



はや
な
お
早く治ったのは
Fくんだ!

むり
うご
無理に動かすとケガが悪化する
だぼく
よ。打撲やねんざをしたときは、
あんせい
ひ
「安静、冷やす、圧迫、拳上」
あ
っ
ぱ
く
き
ょ
う
(RICE)を覚えておこう。