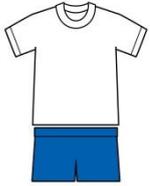


# ほけんだより



令和4年10月号  
知立市立知立小学校



## 「わたしのからだ」を配布しました

前期の身体測定、健康診断が終了しましたので、9月に「わたしのからだ」を配布しました。ぜひ体の成長・健康について親子で話し合うきっかけにしてください。



## — ちゅうしょうがっこう かくかくねだんじょべつ へいきんち の 知立小学校の各学年男女別の平均値とその伸び —

おとこ 男	しんちよう 身長 cm	+ (4月)	たいじゅう 体重 kg	+ (4月)
1年	119.1	2.7	22.6	1.1
2年	125.0	2.2	25.3	1.1
3年	130.0	2.8	28.4	1.6
4年	137.0	2.3	34.6	2.0
5年	142.6	2.9	38.4	2.4
6年	147.9	3.2	42.3	1.8

おんな 女	しんちよう 身長 cm	+ (4月)	たいじゅう 体重 kg	+ (4月)
1年	117.7	2.6	21.5	0.7
2年	123.2	2.8	24.4	1.2
3年	130.4	2.4	28.7	1.4
4年	136.8	2.6	32.5	1.6
5年	142.8	2.9	36.3	1.6
6年	149.5	2.1	40.6	1.1

※成長には個人差があります。平均値だけでなく、前回からの伸びや増減にも注意するようにしてください。

## 10月は視力検査があります

4月の視力検査の結果で視力が落ちてしまっていた人は、もう眼科に行っただいしょうか？まだ、行っていない人や、10月の検査でさらに視力が落ちてしまった人は、早めに眼科へ行きましよう。



めがねを持っている人は忘れずに持ってきてください。

## 視力検査の日程

- 10/3 (月) 1年
- 10/4 (火) 2年
- 10/5 (水) 4年
- 10/6 (木) 5年
- 10/7 (金) 3年
- 10/11 (火) 6-1、6-2、6-3
- 10/12 (水) 6-4、6-5
- 10/13 (木) さすもひ

**お知らせ** 令和4年度 学校保健委員会 を開催します。

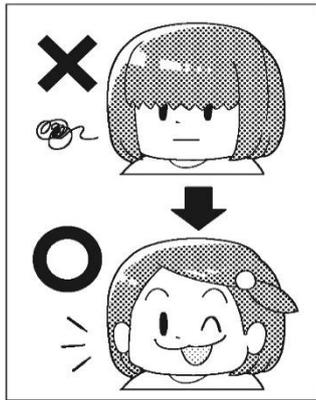
日時 10月26日 (水) 5時間目 参加者 5年生、学校医、PTA (保健)、学校職員  
テーマ「目について学ぶ～デジタル機器と上手く付き合うために～」

本来なら保護者の方にも参加していただきたい学校保健委員会ですが、今年度は新型コロナウイルス感染症のため、参加者を制限して行います。学校保健委員会の様子は、ほけんだよりにてお伝えします。

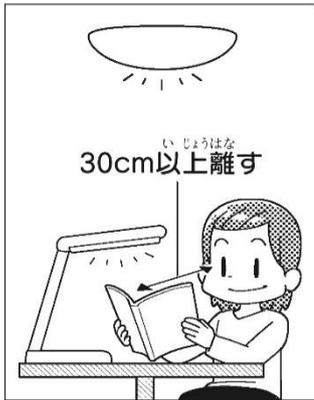


がつとお か め あいご  
10月10日は目の愛護デー

め たい せつ  
目を大切に



まえがみ め  
前髪が目にかからな  
いようにしよう



どくしょ べんきょう  
読書や勉強、ゲームの  
ときは部屋を明るく



メディア機器を長時  
間使わない



め  
目をこすらないよう  
にしよう



ぐっすり ねる



つめを切る



うんどうかい む  
運動会に向けて

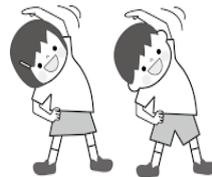
あさごはんをた  
食べる



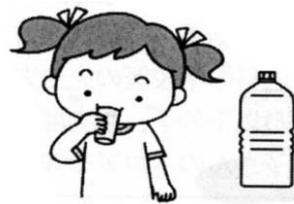
あし  
足にあったくつをはく



じゅんびうんどう  
準備運動をしっかりする



すいぶん  
こまめに水分をとる



あき  
あなたの秋は、どんな秋？

あき スポーツの秋	げいじゅつ あき 芸術の秋	どくしょ あき 読書の秋	しょくよく あき 食欲の秋

