

すこやか

ほけんだより 10月号
平成24年10月5日
鷹巣幼小 保健室

朝晩すずしくなりました
上着で上手にちょうせつを!



10月に入り、朝晩は、冷え込むようになりました。
季節の変わり目で、体調をくずしている人も見られます。
長袖体操服を持って来るなど、衣服の調節をしましょうね。



9月身長を測定しました!

9月の身体計測では、身長も測定しました!
全員大きくなりました!一番伸びた子は約5cmも伸びていました。



	幼稚園	1年	2年	3年	4年	5年	6年
鷹巣っ子の平均	114.2cm	121.5cm	123.6cm	124.4cm	134.8cm	142.6cm	146.9cm
県平均 (男)		116.7cm	122.9cm	128.6cm	133.5cm	139.1cm	145.6cm
県平均 (女)		115.9cm	121.6cm	127.4cm	134.1cm	141.0cm	146.6cm
4月からの伸び	3.4cm	3.0cm	2.8cm	2.7cm	2.3cm	2.8cm	2.9cm

ふわふわコトバ と ちくちくコトバ

身体計測後、友達に言われてうれしかったことば(ふわふわコトバ)と悲しかったことば(ちくちくコトバ)を出しあいました。これから鷹巣っ子の間で、たくさんのふわふわコトバが聞けるといいな。

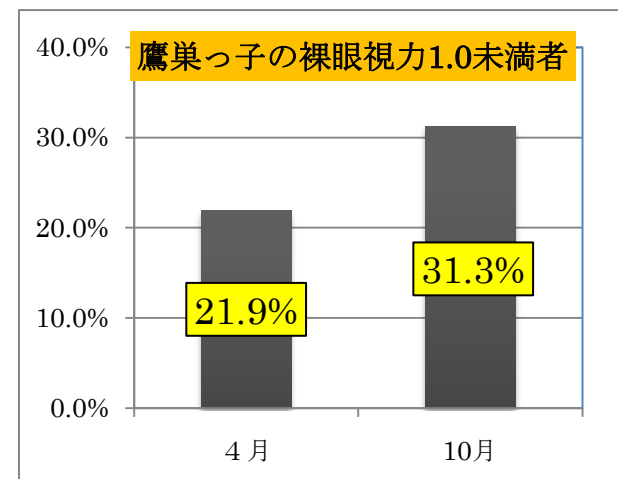
[みんなからのふわふわコトバ]



ありがとう、かっこいい、
つよい、いっしょにあそぼう
すごい、がんばったね など



視力検査を行いました。
裸眼視力1.0未満の人(B、C、D)が、
4月より増えました。全国小学生と比較しても、
福井県は全体的に視力が良くない状態です。
目にやさしい生活を心がけましょう!



健康環境委員会の発表

10月5日(金)の金浜集会で自に関するクイズと、目の体操を歌(♪むすんでひらいてのかえ歌)にのせて、おこないました。

この機会に、目の体操と給食後遠くを見る時間を作るなど、目のリフレッシュタイムをとっていきましょうね。

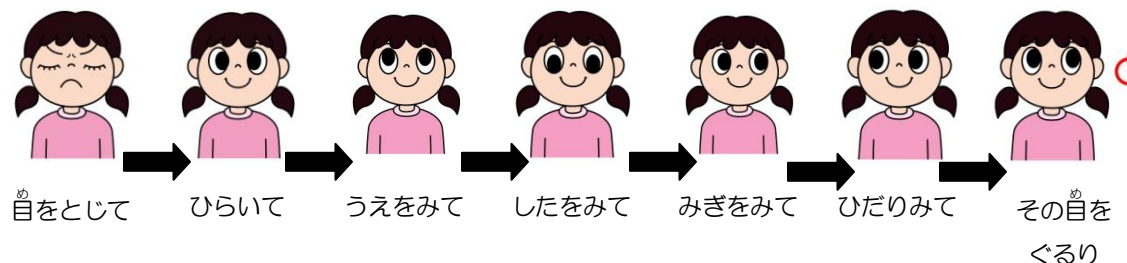


【目にかんする〇×クイズ】



【目の体操中】

目の体操(♪むすんでひらいてのかえ歌)



※ 目がつかれたときに、やってみましょう!