



令和8年 9月25日
足立区立千寿小学校
校長 細田 儀広
養護教諭 小坂 華澄
新井 美保

残暑が続いています。天候も安定せず、雨の日や曇りの日は、頭痛やだるさなどで保健室を利用する児童が増えています。気温の変化に対応しやすい服装や、規則正しい生活を送ることができるよう、ご家庭での体調管理など、引き続きご協力よろしくお願いします。

9月発育測定 結果

成長には個人差がありますので、ご参考までにご覧ください。

【男子】

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 (cm)	119.2	125.6	131.3	137.6	142.7	148.8
体重 (kg)	22.6	25.5	28.7	33.2	37.3	42.0

【女子】

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
身長 (cm)	119.7	125.1	131.1	137.2	144.4	150.4
体重 (kg)	22.5	25.6	28.3	31.1	36.6	41.0



【歯みがきカレンダーの実施率】

夏休みの歯みがきカレンダーの取組はいかがでしたでしょうか。ご家庭でのご協力ありがとうございました。夏休みの間、朝と夜に歯みがきを毎日できた児童は1年生73%、2年生77%、3年生83%、4年生83%、5年生78%、6年生78%でした。低学年では仕上げみがきが有効です。引き続きご家庭でのご協力をお願いします。



受診結果報告書のご提出ありがとうございます。現在のむし歯の治療率は47%、まだ治療していない人は27人です。千寿小学校では治療率100%を目指しています！定期健康診断にて、治療勧告を受け取った方でまだ病院への受診をされていない方は、早めの受診をお願いします。

定期受診などですでに受診されている方は、現在の治療内容等を保護者の方がご記入いただき、学校へご提出をお願いします。受診結果報告がお手元にない場合は、再発行しますので、お知らせください。

【保健指導を行いました！】

毎年、発育測定にあわせて保健指導を行っています。各学年の指導の内容を紹介します。ご家庭でも話題にいただけたらと思います。

1・2年生「プライベートゾーンってなに？」

水着で隠れる部分や口は自分だけの大切な部分であることを確認しました。さらに、「家族なら？」「お医者さんなら？」など、必要なお世話や治療の場面について考え、『嫌だな』『困ったな』と思ったときには、嫌だと言ってよいこと、信頼できる大人に相談することを伝えました。

3・4年生「一生使う自分の歯を守ろう！ 歯かせくん」

3・4年生は歯の生え変わりが進む時期です。そこで、歯を大切にする「歯かせくん」を目指し、クイズを通して歯にまつわるさまざまなことを学びました。これから長く使っていく永久歯を守るためにも、今回の学習をきっかけに自分の歯に関心を持ち、毎日の歯みがきを大切にしてほしいと思います。

5・6年生「言葉の力」

「言葉の力」をテーマに、相手の気持ちに寄り添った発言について考えました。言葉には、人をうれしい気持ちにさせたり、反対に傷つけたりするなど、人の心を動かす力があることを確認し、ちくちく言葉はふわふわ言葉に言い換えられることを学びました。自分も相手も大切にしながら、思いやりのある言葉や言い方を選べる人になってほしいです。

【10月保健目標 目を大切にしよう】

つかめ 疲れた目にパワーをチャージ

め つか あいず
目がかすんだり、しょぼしょぼしたりするのは目が疲れている合図。
め つか かあ ほろ ほろ
目の疲れを軽くする方法が4つあるよ。

