

# すこやか

平成30年3月9日  
高岡市立牧野小学校

## 3月9日は「ありがとうの日」 感謝の気持ちを言葉にして・・・

誰かに何かをしてもらったとき、「ありがとう」と言葉で伝えてありますか。もしかしたら、親や兄弟といった身近な人にほど、かえって照れくさくて言えていないという人も多いかもしれませんね。それに、いつの間にか、家族が何かをしてくれるのは当たり前のように思っていないでしょうか。

3月9日は「39（サンキュー）」の語呂合わせで「ありがとうの日」です。この機会に今まで言えなかった感謝の気持ちを「ありがとう」の言葉にして伝えてみませんか。

### ◆一年間を振り返って

#### ◇一年間に保健室を利用した人は？

(平成29年4月～平成30年2月調べ)

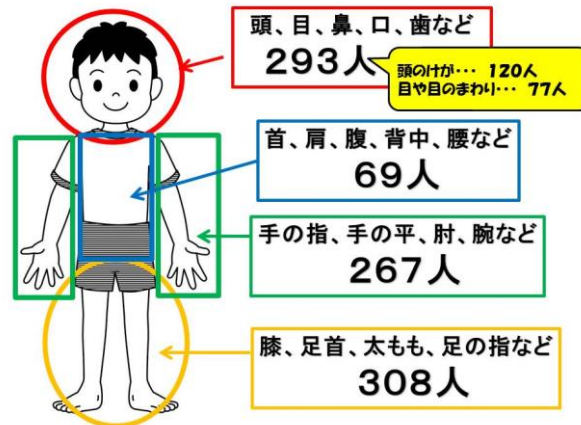
**延べ1,564人**  
(1日平均8.5人)



**病気 676人**  
**けが 888人**

\*昨年度は1日平均7.1人の利用でした。

#### ◇けがをした部分は？（複数回答）



2学期はグラウンドでの遊び場所を割り振ったことで、走っている人にボールがぶつかったり、走っている人同士がぶつかって転んだりするようないけがが減りました。3学期は廊下階段の右側通行に取り組み、廊下階段の曲がり角でぶつかってけがをすることも減ってきました。

また2月に開催した学校保健委員会の講演では、けがをしにくい体つくりのためには、「『ぐっすり眠ること』が欠かせない」と聞きました。就寝時刻は子供中心に考えて、早寝でぐっすり眠るための習慣を整えてあげてください。

#### ◇むし歯の治療状況（3月8日現在）

##### ○むし歯があった人は？

1学期 71人 (14.6%) ⇒⇒ ⇒37人 (52.1%)

2学期 61人 (12.8%) ⇒⇒ ⇒30人 (49.2%)

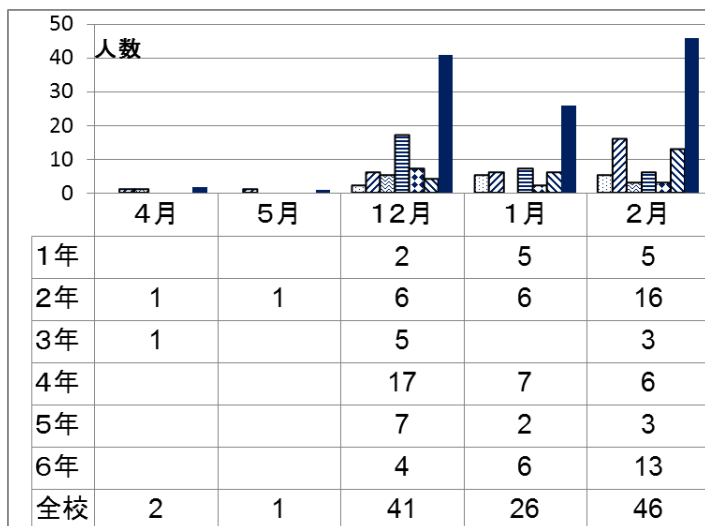
##### ○むし歯を治した人は？



2学期は1学期に比べ、むし歯の見つかった児童は減少しよい傾向にあります。しかし治療率を見ると、約半数の児童は受診カードの提出がありません。受診が済んでいる場合は、受診カードの提出をお願いします。

まだむし歯の治療を始めていないお子さんは、健康な歯で新年度を迎えるためにも、春休み中に必ずむし歯の治療を行いましょう。

## ◇インフルエンザの罹患状況（平成29年4月～平成30年2月調べ）



12月は「A型インフルエンザ」が、1月から「B型インフルエンザ」が流行しました。3月は、インフルエンザの罹患者は減少してきましたが、現在もインフルエンザが散発的に見られます。引き続き、お子さんの健康管理に注意していただきたいと思います。

- ★石けんでの手洗い・うがい
- ★マスクの着用(咳くしゃみ、人混みへの外出時)
- ★十分な睡眠とバランスのよい食事

## ◇発育の様子

男子	身長(cm)			体重(kg)		
	4月	1月	1年間の伸び	4月	1月	1年間の伸び
1年	115.5	120.0	4.5	21.2	23.2	2.0
2年	122.3	126.8	4.5	23.8	26.3	2.5
3年	127.8	132.3	4.5	27.4	30.2	2.8
4年	133.4	137.4	4.0	30.4	32.5	2.1
5年	138.8	143.7	4.9	35.0	38.6	3.6
6年	147.5	153.1	5.6	39.9	43.3	3.4

女子	身長(cm)			体重(kg)		
	4月	1月	1年間の伸び	4月	1月	1年間の伸び
1年	116.0	120.3	4.3	21.2	23.3	2.1
2年	121.5	126.3	4.8	23.8	26.1	2.3
3年	128.5	133.3	4.8	26.2	28.7	2.5
4年	135.6	141.0	5.4	31.8	35.0	3.2
5年	141.4	146.6	5.2	35.2	38.5	3.3
6年	148.5	152.6	4.1	39.7	42.9	3.2

成長には個人差があります。これからも健やかに成長していくよう、今、成長期にある子供たちの発育や発達のために必要なことは、十分な睡眠やバランスの摂れた食事、よく体を動かすことです。

また、発育や発達についてご心配なことがあれば、かかりつけ医にご相談ください。



## ◇お返しします

### ○ぼくわたしのからだ

一年間の発育と視力の様子、歯科検診の結果を「ぼくわたしのからだ」に記入してお知らせしています。1、3、5年生は来年度も使いますので、保護者欄に押印後、学校へ提出してください。2、4、6年生は提出の必要はありません。

### ○とやまゲンキッズ作戦のカード

とやまゲンキッズ作戦のカードをお返しします。ご家庭で、現在の様子をチェックしたり、健康のめあてに取り組むことができたか話し合ったりすることにご活用ください。チェックされても学校に提出される必要はありません。

3月も残りわずかになりました。一年間、子供たちは元気に登校し、健康な生活ができたでしょうか。これからも子供たちが進んで健康な生活が送れるように健康によい生活習慣は継続し、見直しが必要な点は大人が少し手助けしながら、改善していきたいものです。

保護者の皆様には、今年一年間、子供たちの健康づくりにご協力をいただきありがとうございました。

