お家の人と一緒に読みましょう。



1 5 믕 令和5年3月22日 草川小学校 保健室

いよいよ3学期が終わります。今年度も新型コロナウイルスの感染を予防するために、たくさん 我慢をした1年間でした。みなさん、本当によくがんばりました。少しずつ暖かい日が増え、動物 や植物がいっせいに動き出す春の季節が近づいてきました。卒業式や修了式が無事に迎えられます ように。そして、春休みも生活リズムを整えて、新しい学年を元気に迎えられるようにしましょう。

年間をふり返ってみよう

あなたは健康に過ごせましたか? できたかどうかチェックをしてみよう!



早起き・早寝 ができた



好き嫌いせずに 食べることができた



元気に体を 動かした



手洗いをこまめに がんばった



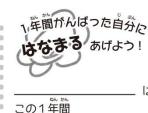
歯みがきを きちんとした



毎日ハンカチ・ ティッシュを 持っていた



ストレスを上手に 解消できた







春休みも毎日元気に過ごそう!

現在、新型コロナウイルスの感染 者数は減ってきていますが、かぜや インフルエンザなどの感染症にかか らないように春休み中も注意が必要 です。油断はせず、生活リズムを整 えて過ごせるようにしましょう。そ して、新年度の準備ができるように しておきましょう。



治療が必要な人は春休み 中に必ず治療に行こう!

※春休みにも自分の体調を確認できるように、緑の検温記録表を配 布しますので、確認をしておきましょう。



保護者の皆様方、1年間、様々なご協力をあり がとうございました!



~6年生のみなさん~

ご卒業おめでとう!



6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。今年度が始まってから、あっという間に1 年が過ぎ、いよいよ卒業ですね。この6年間を振り返ると、たくさんの思い出がよみがえるので はないでしょうか。みなさんはまだまだ成長途中です。周りの方々に感謝をして、自分を大切に しながらこれからも過ごしていってくださいね。

6年生はどのくらい成長したかな??

小学校生活の6年間が終わり、いよいよ中学生になります。今から6年前、小学校に入学した 時を思い出してみてください。みなさんの身長・体重(4月時点)は、小学校入学時から比べる と、どのくらい成長したのでしょうか?

○ 小学6年生(11歳)

★ 全国平均(昨年度の値): 男子 145.9 cm、39.6 kg 女子 147.3 cm、39.8 kg



身長

男子

(小学1年生)

平均:116.8 cm

30.5 cm

(小学6年生)

平均:147.3 cm

体重

男子

(小学1年生)

平均: 21.9 kg



18.6 kg

(小学6年生)

平均:40.5 kg







身長 女子

(小学1年生)

平均:114.0 cm

 $32.6 \, \text{cm}$

(小学6年生)

平均:146.6 cm

体重

女子

(小学1年生)

平均: 19.9 kg



(小学6年生)

平均:37.7 kg

みなさん、見違えるように大きくなりました。誰かを思いやったり、困 っている人を助けたりできるようになって、心もずいぶん成長したと思い ます。

成長した自分をふり返り、これからも健康に気をつけながら過ごしてい ってほしいと思います。卒業しても自分らしく歩んでいってください。6 年生のみなさん、今まで本当にありがとう!!

6年生の保護者の皆様におかれましては、これまで、保健室からの様々 な要望等にご協力をいただきまして、誠にありがとうございました!ご卒 業、本当におめでとうございます。