

ほけんだより3月

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るように。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。

1年間を振り返ってみよう！

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

1年間がんばった自分
はなまるあげよう！

この1年間
を
がんばりました。



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！

春休みを 元気にすごすポイント



裏面もあります↓

※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、確認をお願いします。



保護者の皆様方、1年間、様々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のでしょうか。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きましょう。

6年生はどのくらい成長したかな??

小学校生活の6年が終わり、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

○ 本校の6年生

こんなに成長しました！

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

身長

女子

（小学1年生）

平均：114.0 cm



32.6 cm

（小学6年生）

平均：146.6 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

体重

女子

（小学1年生）

平均：19.9 kg



17.8 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。

成長した自分を振り返り、これからも健康に気をつけながら過ごしてほしいと思います。卒業しても自分らしく歩いていってください。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。

