ほけんだより10月

令和７年１０月号　板橋区立志村第四小学校　保健室

厳しい暑さも終わり、涼しく感じる日も増えてきました。朝晩と日中は寒暖差が大きくなります。気温差に体が慣れず体調を崩しやすく、感染症が流行する時期です。半袖の上に長袖を着るなどして、服装で調整しましょう。

10月の予定

秋の歯科検診

１０月１５日（水）　全学年

朝、歯磨きをしてから登校しましょう。

結果について

秋の歯科検診では、病院で診てもらう必要がある人のみ、結果のお知らせを配ります。結果のお知らせをもらった人は、歯医者さんで診てもらいましょう。

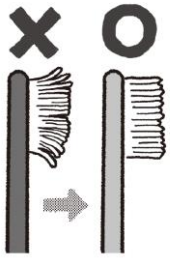
歯と口の健康教室が行われました！

９月１８日に４年生を対象とした「歯と口の健康教室」が行われました。保護者の皆様には、持ち物の準備にご協力いただきありがとうございました。

授業では、学校歯科医会の理事の先生や、歯科衛生士の方々から、歯の磨き方を教えていただきました。授業の内容を一部紹介します。

歯ブラシは「小さく」「細かく」動かす。

歯ブラシにも寿命があります。１か月に１回交換しましょう。



保護者の方へ

９月　身体測定　志村第四小学校の平均

９月に実施した身体測定の結果から、各学年の平均をお知らせします。成長には個人差があります。ご参考までに平均値をご覧ください。次回の身体測定は３学期（１月）です。

	男子		女子	
	身長（ｃｍ）	体重（ｋｇ）	身長（ｃｍ）	体重（ｋｇ）
１年生	119.5	22.4	120.0	22.5
２年生	124.9	25.2	123.5	24.5
３年生	131.2	28.8	129.9	27.5
４年生	134.9	31.1	138.2	33.4
５年生	144.3	39.6	142.2	35.1
６年生	148.7	42.1	149.1	41.4