

ほけんだより 10月号

令和7年10月2日
板橋区立板橋第一小学校
校長 荻久保 剛正

暑さがようやくおさまって、過ごしやすい季節になりましたね。
学校に来るときは寒くても、外で遊んだり、運動をしたりしていると、汗をかいて暑くなることがあります。体温調整できるように、脱いだり着たりできる薄手の上着を持ってくるなど、工夫して過ごしましょう。

10月の保健目標 目を大切にしよう

10月の保健行事

◇7日(火) 倉淵移動教室事前健診：5年生

5年生は「健康の記録」を持参してください。

◇15日(水) 歯科検診：2・4・6年生

今回は、虫歯があるかないかのみ調べます。

★前日の夜、当日の朝は、歯をみがいてきましょう。

秋の歯科検診は、欠席者へ追加の検診はありませんので

ご承知おきください。

◇色覚検査：4年生の希望者

保護者の方へ

本校では眼科校医と相談して、4年生の10月に希望者を対象に色覚検査を実施しています。

4年生には希望調査をお配りしますので、検査を受けるかどうかに関わらず、全員提出してください。希望者には十分にプライバシーに配慮し、養護教諭が保健室で検査をします。

※他の学年のお子さんでも検査は可能です。色の見え方にご心配なことがあれば、

ご相談ください。

9月の身体測定の結果 (平均値)

	男子		女子	
	身長(cm)	体重(kg)	身長(cm)	体重(kg)
1年生	121.3	22.9	117.0	21.2
2年生	124.4	25.3	125.6	25.0
3年生	131.8	29.8	130.7	28.7
4年生	136.5	33.8	136.2	31.9
5年生	141.5	36.5	144.8	37.5
6年生	151.1	44.0	148.1	40.6

表の数字はあくまで平均値ですので、他のお子さんの体格と比較する必要はありません。どの子も成長しています。身長の伸び方や体格のことでご心配なことがありましたら、遠慮なくお知らせください。

次の測定は1月です。