

# ほけんだより 2月号

令和8年1月30日  
板橋区立中根橋小学校

## ハンカチ・ティッシュを持ってきていますか？

手をふくためだけでなく、万が一火事が起きたときに自分の身を守るため、けがをしたときに血を押さえるため・・・ハンカチ・ティッシュはすぐに取り出せるよう身に付けましょう。

2月の保健目標 心の健康を考えよう です

マイナスだと思っていることも、見方を変えるとプラスの点が見つかるかもしれません。  
見方を変える言葉が思いつかない！というときは周りの友達や大人に相談してみましょう。

2月20日はアレルギーの日です。「口腔アレルギー症候群」は、花粉症の人に起こりやすいと言われています。トマト、メロン、キウイ、リンゴなど、食べたときにピリピリするかんじがしたら、要注意！病院で相談してみましょう。

## 保護者の皆様へ

感染症による出席停止の場合、病気の経過がわかる医療機関の医師に出席届を記入してもらい、登校していただきますようお願いいたします。出席届は、学校ホームページからダウンロードできます。不明点は、学校へお問い合わせください。

## 3学期 発育測定の結果

1月に発育測定を実施し、「発育のようす」をお子様にお渡ししました。

下記の表は中根橋小学校の学年別平均です。

(1月19日現在)

	男 子		女 子	
	身長 (cm)	体重 (kg)	身長 (cm)	体重 (kg)
1年生	121. 1	22. 4	120. 7	24. 4
2年生	127. 3	28. 1	124. 2	24. 4
3年生	133. 5	31. 0	130. 4	28. 6
4年生	138. 8	34. 0	140. 8	35. 0
5年生	143. 9	37. 8	144. 5	39. 5
6年生	153. 5	46. 3	152. 6	44. 4