

ほけんだより

ぐんぐん



美濃加茂市立山手小学校

令和7年4月28日

NO. 2

健康の記録・成長記録カードをお渡しします

美濃加茂市の小中学校では、統一した「成長記録カード」を使用しています。「成長記録カード」は9年間使用しますので、大切に取扱ってください。

1. 健康の記録について ～4月の身長・体重・視力検査の結果です～

成長記録カードに身長と体重を転記し、「健康の記録」は、ご家庭で保管してください。

2. 成長記録カードについて

～身長と体重を継続的に記録し、成長のバランスを知るとともに、
成長曲線で異常の有無がわかります～

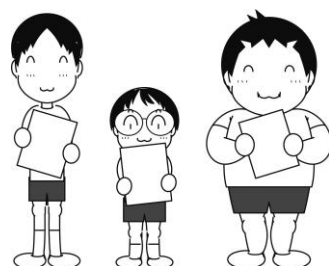
記入の仕方

★4月の身長・体重を、配布した用紙から転記します。（出生時の身長・体重もわかれば一緒に記入してください。）

《肥満度判定曲線》

- ① 肥満度判定曲線のグラフの横軸に身長、縦軸に体重をとります。
- ② 身長と体重の交わった点の位置がお子さんの肥満度です。

※ 肥満度の判定基準は、成長記録カードの2ページをご覧ください。



《成長曲線》

- ① 〇歳〇ヶ月（年齢）を横軸、身長・体重を縦軸にとり、交わった点を記入します。
- ② 前回記入した点と結びます。

グラフの濃い色のついている範囲（Mean＝平均値）は標準の範囲内になります。

出生時からの成長を付け加えると、成長の様子がよくわかりますので、ご家庭で母子手帳などを参考に記入してください。

成長記録カードの確認と記入が終わりましたら、押印の上、学校に提出していただきますようお願いいたします。

提出期限：5月16日（金）

＼ 保護者の方へ ＼

健康診断の結果を
お渡ししています



健康診断の結果、医療機関の受診が必要な場合は、お知らせの用紙を出しています。

視力・聴力・歯科など、早期発見・早期治療によって治療期間が短くなったり、その後の経過が変わってくるものがあります。

何かとお忙しいこととは存じますが、お知らせを受けられた際は、早めの受診をお勧めします。

なお、学校でもお子さんの健康を見守っていきますので、受診の結果をお知らせいただきますようお願いいたします。

まちがいさがし

こうしつ、あん、ぜん
交通安全 編

まちがいは3つ。
さが探してみましょう。



こたえ

自転車て歩道を走っている

自転車は軽車両。基本的には車道を走ります。車道を安全に走れないときは歩道を走っても良いですが、歩行者優先。



道に広がって歩いている

他の人の迷惑になるほか、車道側にはみ出して接触事故につながることも。おしゃべりが楽しくても、安全確認は忘れずに。



ヘルメットをかぶっていない

自転車事故で亡くなるときは、頭に致命的なケガを負っているパターンが多いです。ヘルメットで防げたかもしれません。



5月11～20日は 春の全国交通安全運動

初めての道でも慣れた道でも、自分や周りの人の安全を守る行動を。

ほけんしつよりナイショの話

★ 「スーパーはピカ」の秘訣は、「アレクサ、5分測って」

4月16・17日の2日間で歯科健診が行われました。学校歯科医の酒向先生が、「はみがきを頑張っている子」すなわち「はピカ」の子を選んでくださいました。その数、147人！子どもたちが持ち帰った歯の検査結果用紙に「あいさくさん」のスタンプが押してあるのが目印です。

6年生では、はピカの中でも特に素晴らしい歯の子に、「スーパーはピカ」がもらえます。「スパーはピカ」をもらった6年生のAさんに、「家ではどうやってみがいているの？」と聞くと、次のような話をしてくれました。

「アレクサに『アレクサ、5分測って』と言って、4分くらいみがいて、アレクサが『あと1分です』といったら、そこからはフロスを使ってきれいにしているよ」とのことでした。すごい工夫ですね。

スーパーはピカの子たちの笑顔は、白い歯がきらきら（本当にキラキラしているのです）輝いて本当にすてきです。山手小の全校の子どもたちの笑顔がきらきらと輝くお手伝いをしたいな、と心に決めた私でした。（小出）

