



平成29年2月  
甲浦小学校保健室

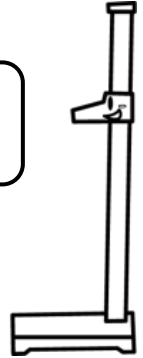
本格的な冬の寒さがやってきました。寒いからと言って背中を丸めていないで、思いきって外に出て、元気よく遊びましょう。かぜやインフルエンザも流行しています。手洗い・うがいをし、しっかり予防しましょう。



男子の平均身長

学年最後の身体測定をしました！

1学期と比べると、どの学年もぐんと大きくなりました。「早寝・早起・朝ごはん」は、みなさんの成長に欠かせない大切なことです。これからも、続けていきましょう。



	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
1学期	117.8	122.4	127.7	134.3	138.7	143.4
2学期	120.3	124.7	130.0	136.6	141.2	146.8
3学期	122.0	126.7	131.1	137.9	143.6	149.1

《体重》

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
1学期	22.1	23.4	28.2	32.6	33.4	36.2
2学期	23.4	25.1	30.0	34.3	35.1	37.5
3学期	24.5	26.2	30.2	36.2	36.2	39.8

女子の平均身長

《身長》

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
1学期	113.9	122.0	130.0	133.9	139.8	146.5
2学期	116.3	124.6	132.7	136.9	142.7	149.3
3学期	118.1	126.4	134.7	139.2	144.3	150.6

《体重》

	1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
1学期	19.6	24.1	28.1	30.2	37.8	39.7
2学期	20.5	25.7	29.1	32.4	40.2	40.8
3学期	21.6	26.8	30.8	34.2	41.0	43.2

# 2月3日は節分

みなさんの家では、2月3日に豆まきをしますか？豆まきをするときには「鬼は外！福は内！」と言います。その豆まきで使っているのは大豆です。大豆には小さいながらも栄養がたっぷり入っています。



貧血予防の鉄やたんぱく質、腸のはたらきをよくする食物せんい、カルシウム、ビタミンB<sub>1</sub>などがふくまれているよ！



ぼくをたくさん食べて元気になるってね！

小さいからだに、たくさんの栄養がつまっているよ！「畑の肉」といわれているよ！



## 3学期もチャレンジウィークに取り組みました

### 取り組んだ感想

- 朝ごはんをもりもり食べておいしかったです。(1年)
- 早寝、早起きできました。(2年)
- 次は、早寝コースを8：30にしようかな。(3年)
- 冬は寒くてなかなか起きられないけど、チャレンジウィークなのでがんばりました。(4年)
- テレビを見てみると、早寝ができなくなるので気をつけたい。(5年)
- 冬休みより、規則正しい生活ができたのでこのまま続けていきたい。まだできていないところは、中学校に向けてがんばりたい。(6年)

