

# ほけんだより 1月

令和7年1月16日 菅原小学校

\*\*\*\*\*  
 新学期が始まりましたが、みなさん、冬休みは元気に楽しく過ごせましたか？冬休み中に生活習慣がみだれてしまった人は、しっかり生活リズムを整えて、元気いっぱい新学期をスタートさせましょう！

今年もみなさんが、心も体も健康に過ごすことができるよう願っています。今年度もよろしくお願ひします。

\*\*\*\*\*

## 3学期 身体測定の結果

9月の身体測定から、体はどれくらい大きく成長しましたか？自分の身体測定の結果を、校内の平均身長・平均体重とも比べてみましょう！

### ☆ 校内の平均値

	平均身長 (cm)				平均体重 (kg)			
	男子		女子		男子		女子	
	9月	1月	9月	1月	9月	1月	9月	1月
1年生	118.0	<b>119.2</b>	115.8	<b>117.3</b>	21.7	<b>22.8</b>	21.2	<b>21.8</b>
2年生	124.1	<b>125.6</b>	125.0	<b>127.0</b>	27.9	<b>28.5</b>	24.9	<b>25.9</b>
3年生	130.1	<b>132.2</b>	132.2	<b>133.6</b>	30.1	<b>31.1</b>	30.5	<b>31.6</b>
4年生	138.8	<b>141.1</b>	138.8	<b>141.7</b>	37.1	<b>38.5</b>	34.8	<b>36.8</b>
5年生	139.1	<b>140.6</b>	142.7	<b>145.8</b>	36.0	<b>37.0</b>	33.9	<b>36.5</b>
6年生	149.5	<b>151.9</b>	153.0	<b>154.3</b>	47.3	<b>49.5</b>	43.6	<b>44.9</b>

## 保護者の皆さまへ

けんこう手帳が各学年から配付されます。1月の身体測定結果をお子さんと一緒にご覧ください。結果は4ページに記載されています。ご覧になりましたら、5ページの保護者押印欄（1月）に押印し、**1月20日(月)まで**に学校にお戻しください。

また、4月からの成長の記録を記載したお知らせも配付いたしました。こちらの用紙は、ご確認後、ご家庭で保管してください。

## 3学期 スクールカウンセラー来校日について

スクールカウンセラー：鈴木 淳 先生



### 来校日

- \* 1月21日(火) 9:00~12:00 (相談できる時間 9:10~12:00)
- \* 2月4日(火) 13:00~17:00 (相談できる時間 13:10~17:00)
- \* 2月25日(火) 9:00~12:00 (相談できる時間 9:10~12:00)

困っていることや心配なことがある人は、スクールカウンセラーの先生に相談をしてみてください。

また、児童のみなさんだけでなく、保護者の方のご相談も受け付けています。お子さまの成長に関して何か気になることがございましたら、遠慮なくお申込みください。

## 振り返ろう

昨年健康に過ごせましたか。健康に過ごせた人も過ごせなかった人もその理由を考えてみましょう。

### 2024年の振り返り

理由を元に新しい1年の目標を決めてみましょう。

### 2025年の目標

