



おうちの人とよんでね。

令和5年2月2日
高浜市立高取小学校
保健室

2月3日は節分。「季節を分ける」ことを意味する日で、病気や災難を鬼に例えて、豆をまいて健康に暮らせるようお願いをします。でも、豆をまくだけではかぜや感染症のウイルスを追い払えません。手洗いやうがい、早ね早起きなど、自分にできることをしっかりして元気に過ごせるようにしましょう。



たかとりしょう 高取小みんなのからだ

— 1月の身体測定の結果(平均) —

1月の身体測定の結果を配布しました。成長には個人差があるので、平均はあくまでも目安です。どれだけ成長したか、去年や9月の自分と比べてみてください。

がくねん 学年	だんしへいきん 男子平均		じょしへいきん 女子平均	
	しんちよう 身長(cm)	たいじゆう 体重(kg)	しんちよう 身長(cm)	たいじゆう 体重(kg)
1年	120.6	22.6	119.0	21.0
2年	127.0	25.6	125.4	24.2
3年	131.1	29.2	132.8	29.7
4年	136.6	33.1	138.9	33.9
5年	144.1	38.9	146.0	40.8
6年	151.1	44.3	149.7	43.1

ひまんど めやす ～肥満度の目安～

ひまんど 肥満度	めやす
-30%以下	高度やせ
～-20%	やせ
-19.9～19.9%	普通
20～29.9%	軽度肥満
30～49.9%	中等度肥満
50%～	高度肥満

ひ つづ よ ぼう 引き続きかぜ予防を!

かぜや感染症で学校をお休みする人が増えてきました。まだまだ寒さは続きます。毎日の生活を大切に、みんなでかぜを予防していきましょう。

せっけんを使って
ていねいに!

バランスのよい食事

休みの日も
早ね早起き

時間を決めて
空気の入れ換え

てきど うんどう
適度な運動



保護者の方へ

「いのちの指導」実施についてのお知らせ



たくさんの人に支えられて生きてきたことを振り返り、自他を大切に思う気持ちや周りの人に感謝する心を育むため、今年度も2月に「いのちの指導」を実施します。指導後の感想等を持ち帰りましたら、ご家庭でもお子さんと話し合う機会にしていだければと思います。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

学年・タイトル	ねらい
1年生 「わたしのたんじょうび」	誕生日は、自分がこの世の中に生まれてきた大切な日であると気付くとともに、お母さん、お父さんをはじめとする、周囲の人々のいたわりによって大きくなったことに気付くことができる。
2年生 「おへそのひみつ」	おへその役割を通して、自分たちは体内にいるときから大切に育てられてきたことを知り、いのちの大切さに気付くことができる。
3年生 「いのちや思いはどのようにして受け継がれてきたのだろう」	一人一人のいのちは、たくさんの人々から受け継がれてきたものであることを知り、受け継がれてきたいのちの大切さに気付くことができる。
4年生 はばたこう！未来に向かって	10歳という節目の年に、周りの人に大切に育まれたことを知り、これからの自分のいのち（時間）の使い方について考えることができる。
5年生 「3億分の1の奇跡」	いのちはたくさんの奇跡の積み重ねで誕生する大切なものであることに気付くことができる。
6年生 「からだのきもち-境界・同意・尊重について-」	自分らしく生きることや周りの人の生き方を尊重することの大切さについて考えることができる。 自分と周りの人との普段の生活での関わり方を振り返って経験や感情を共有し、自分や相手の気持ちを大切にしている行動・言動について考えることができる。
特別支援学級 「大切な体どうやって守る？」	「いいタッチ」「悪いタッチ」について普段の生活を振り返り、自分や相手のプライベートゾーンを大切にしている行動をとることができる。

