



令和7年9月12日 西会津町立西会津小学校 保健室

お盆を過ぎたら暑さが落ち着くはずが、9月になっても30℃以上の気温が続いています。夏休みが明けて、大きなけがや病気の話はなく、元気に登校する姿があり、嬉しく思います。

さて、2学期始めに、発育測定を行いました。各学年の平均をだしましたので、参考にしてください。また、1学期と2学期の発育測定の結果のプリントを配りました。回収はしません。ぜひ、家族の話題にしていただけると幸いです。

		1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	身長	121.2cm (+1.5cm)	126.0cm (+1.2cm)	132.4cm (+1.8cm)	137.0cm (+1.5cm)	143.6cm (+2.0cm)	152.7cm (+2.2cm)
	体重	23.5kg (+1.0kg)	30.2kg (+0.8kg)	29.3kg (+0.9kg)	36.8kg (+1.7kg)	39.0kg (+1.8kg)	48.5kg (+1.3kg)
女子	身長	120.3cm (+0.6cm)	120.8cm (+1.7cm)	131.5cm (+1.8cm)	137.4cm (+2.0cm)	142.4cm (+1.9cm)	150.4cm (+1.2cm)
	体重	23.5kg (+1.0kg)	24.1kg (+0.6kg)	31.2kg (+0.9kg)	35.1kg (+1.1kg)	41.0kg (+1.8kg)	41.9kg (+0.5kg)

※（ ）は1学期との差です。

<感染症について>

現在、会津地区で新型コロナウイルスが増えてきました。どの感染症においても、基本的な予防は手洗い・うがい・早寝・早起き・朝ごはんです。ご家庭で、朝の健康観察をていねいにしていただき、いつもと様子が違う・かぜ症状がある場合、無理はせず、自宅で安静にする・早めの受診をするなどをお願いします。また、秋はブタクサなどで花粉症の症状がでることもあります。その際は連絡帳などでお知らせいただくと学校での健康観察などで学級担任と保健室で情報共有ができますので助かります。ご協力をよろしくお願いします。

家庭の備えは何が必要か？

9月1日は防災の日とされています。地震や豪雨、台風など毎年何かしらの自然災害が起きています。いつ自分たちが災害に逢うかわかりません。ぜひ、下記を参考に、ご家庭での防災グッズなどをご確認ください。

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 水（1日1人3Lが目安） | <input type="checkbox"/> 歯ブラシ・歯みがき粉 |
| <input type="checkbox"/> 非常食 | <input type="checkbox"/> タオル等洗面具 |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てできる食器 | <input type="checkbox"/> 軍手 |
| <input type="checkbox"/> 食品用ラップ | <input type="checkbox"/> ペン・紙 |
| <input type="checkbox"/> 衣類・下着 | <input type="checkbox"/> 貴重品（通帳や現金、マイナンバーなど） |
| <input type="checkbox"/> 雨具 | <input type="checkbox"/> お薬手帳 |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 靴 |
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> 防犯ブザー |
| <input type="checkbox"/> 予備の電池や携帯充電器 | <input type="checkbox"/> 生理用品 |
| <input type="checkbox"/> 救急用品 | |
| <input type="checkbox"/> 使い捨てカイロ | <感染症対策に> |
| <input type="checkbox"/> ブランケット | <input type="checkbox"/> マスク |
| <input type="checkbox"/> 簡易トイレ、トイレトーパー | <input type="checkbox"/> 体温計 |
| <input type="checkbox"/> ゴミ袋 | <input type="checkbox"/> 手指消毒用アルコール |

<小さな子どもがいる場合>

- | | |
|------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> オムツ ・お尻拭き | <input type="checkbox"/> 抱っこひも |
| <input type="checkbox"/> 離乳食 | <input type="checkbox"/> ミルク（計量済みのキューブやスティック、液体） |
| <input type="checkbox"/> 使い捨て哺乳瓶 | <input type="checkbox"/> こどもの靴 |

他にも、介護が必要な人がいる場合、介護用品が必要です。ぜひ、家族でこの他に何が必要なのか話題にしてみてください。

また、地震対策で大型家具などは固定されているでしょうか？ドアの近くに大型家具があった場合、地震で倒れたら脱出できなくなることが考えられます。家具の配置や転倒防止など工夫できるとよいです。



