

# いっしょ

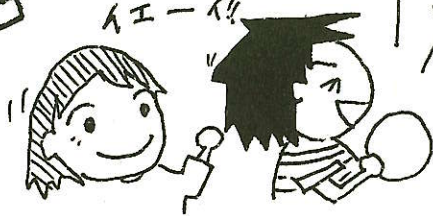
## ほけんだより

### 5月号

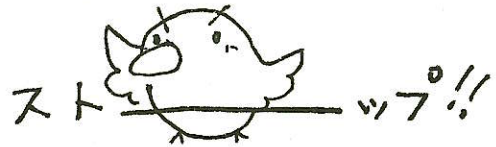
港川

**新** 学期がスタートして、1か月が過ぎました。新しい環境で  
 ドキドキしていた子は、少しずつ慣れてきたでしょうか？  
 連休が終わり、気温もどんどん上がってきて、体調をくずす  
 子が増えています。今月は「水分の正しいとり方」に  
 ついて、いっしょに考えてみよう！

ある日の長放課



ちょっとまって!!  
 みんな水分はとった?



放課が終わってから  
 ぞいじゃん!  
 早く遊びたい



1日の飲んだから  
 だいじょうぶ



のどがかわいて  
 ないからいらない...



水分は、活動前と後に、コップ1杯くらいの量を  
 飲もう! 体全体に届くのに20分くらいかかるので、のどが  
 かわいたと感じてからではおそいぞ。特に体調が悪い、  
 急に暑くなった、ジメジメしている、つかれている時は要注意ぞ。

# 4月の身体測定の結果

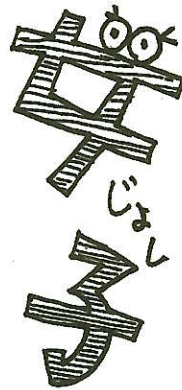
しんたいそくてい けっか  
 ひだり しんちゆう へいぎん みぎ たいじゆう へいぎん  
 左: 身長の平均 右: 体重の平均



114.4	20.4
123.7	25.6
126.6	27.6
133.1	32.2
139.2	38.0
145.1	40.3

cm kg

- 1ねん
- 2ねん
- 3ねん
- 4ねん
- 5ねん
- 6ねん



115.2	20.6
121.0	23.0
128.2	27.4
133.2	31.3
139.4	34.1
147.7	39.8

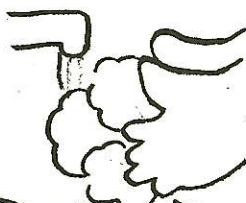
cm kg

## 保健委員の仕事

保健委員は学校のみんなに、お仕事先の仕事を教えています。ボトルは、きれいな状態のボトルを取りかえるので、興味を持ってください！

学校の水質をきれいな状態のボトルを取りかえるので、興味を持ってください！

学校の水質をきれいな状態のボトルを取りかえるので、興味を持ってください！



しっかり手を洗おう！

保健委員長