

すこやか

令和8年7月1日
大田区立大森第三小学校
校長 井上 光広
養護教諭 椎名 彩加
島田 留美

6月は、まだ肌寒い日もあり、寒暖差で体調を崩す児童がみられました。

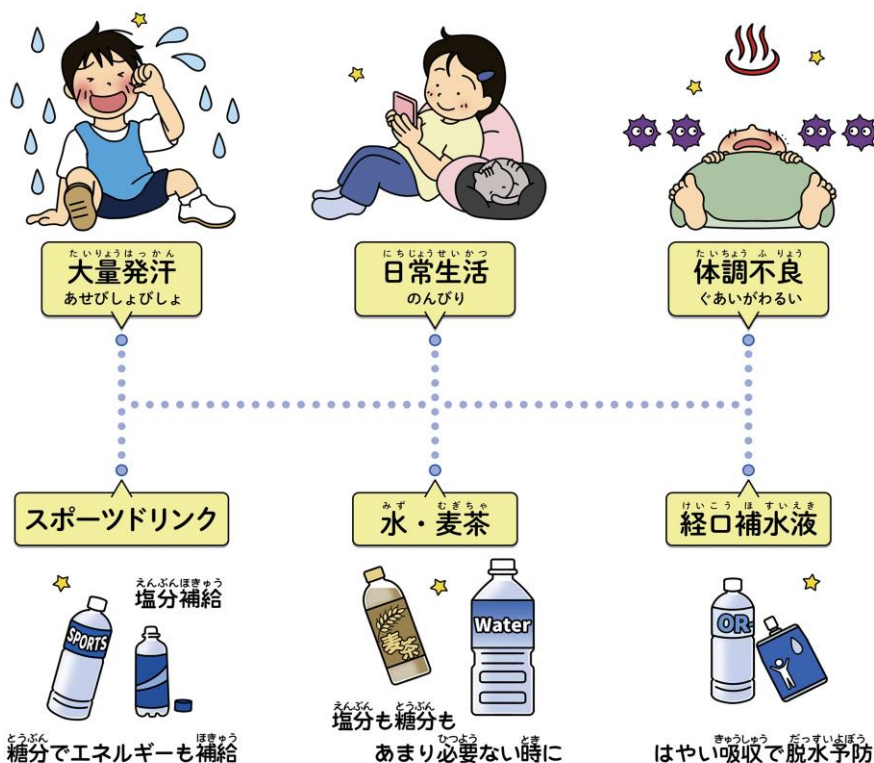
着脱のしやすい服装で、体調管理をしっかり行いましょう。

7月はいよいよ夏本番です。熱中症を予防するために、こまめに水分をとり、適度に休みながら遊ぶようにしましょう。炎天下での運動など、大量に汗をかくときは、スポーツドリンクや塩分タブレットで塩分も補給できるとよいですね。

屋外の活動では、帽子をかぶるようにしましょう。



夏の水分補給 何を選ぶ？



けんこうカードを7/6（月）にお返しします。

カードの左面には定期健康診断の結果一覧が貼ってあります。また右欄には4月の計測の結果があります。御覧になりましたら、それぞれの保護者印の欄（**左右2カ所**）に押印またはサインの上、**7月13日まで**に御提出ください。9月の計測時に使用します。

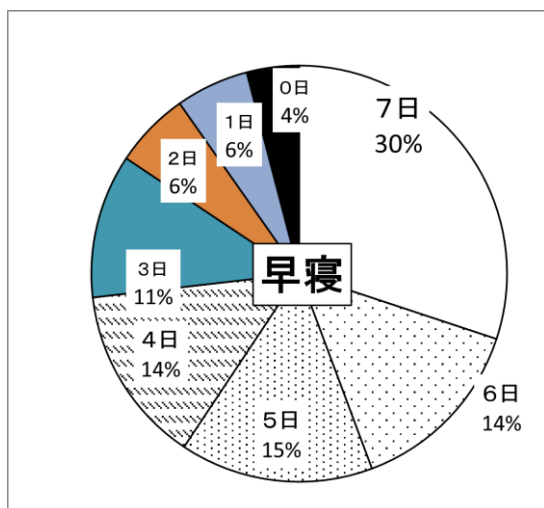
健康診断の結果は、学校での検査時の結果です。医療機関を受診後の結果ではありませんので御注意ください。

7月3日までに受診（治療）報告をしていただいている項目の欄には、**済**の印を押してあります。まだ受診が済んでいないものがある場合は、夏休みに受診してください。

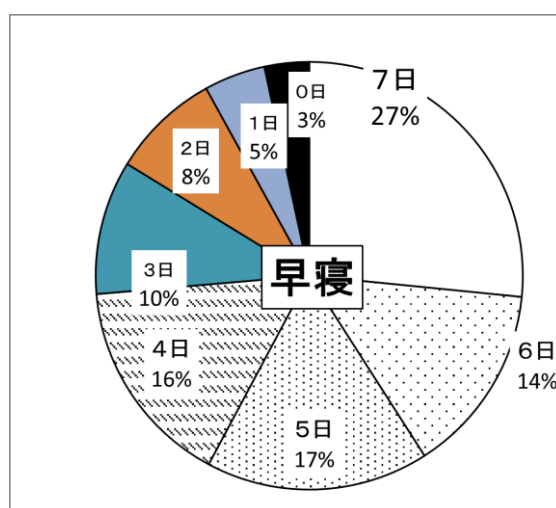
はやね はやお あさ うんどう しゅうかん けっか
早寝・早起き・朝ごはん・運動週間 結果

早寝・早起き・朝ごはん・運動週間チェックシートの御協力ありがとうございました。
 グラフは早寝と運動のめあてを達成できた日数の集計（昨年度との比較）です。

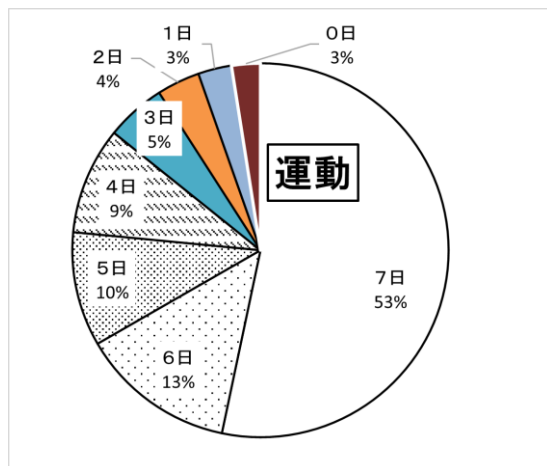
令和7年5月



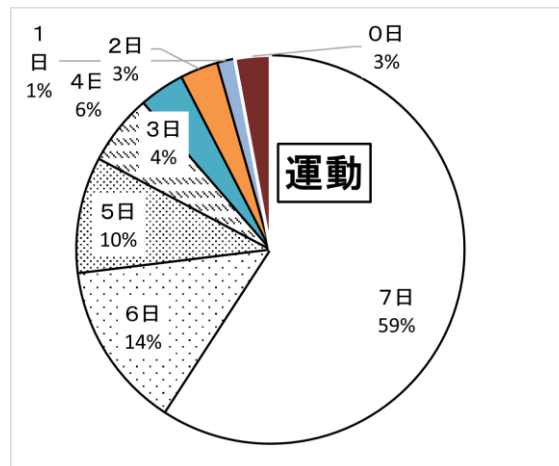
令和8年5月



令和7年5月



令和8年5月



★早寝の結果をみると、6日間または7日間めあてを達成できた児童が昨年度は44%であったが、今年度は41%と昨年度より低くなっている。

1日1時間以上運動した児童は、7日間達成できたと答えた児童が昨年度の53%から、今年度は59%と高くなっている。

これから夏休みを迎えます。休み中にも「早寝・早起き・朝ごはん・運動」を意識して、生活するよう心がけてください。