

ほけんのひろば



2024. 1

1月

桔梗が丘南小学校保健室

保護者様

3学期の検査が終わりましたので成長の記録をお戻しします。



成長の記録について



・右下の保護者印の欄に押印して、1月28日(火)

までにピンク色の往復封筒に入れて学校に提出して

ください。

・発育グラフは、お子様と一緒に記入してください。

肥満度 (%) について

☆軽度肥満の場合は、生活を改善することにより解消する場合がありますが、中等度肥満(30%以上)以上になると生活改善をしても変化が著しく変わるケースが少なく、ご家庭において悩まれることも多いと思います。医療機関に受診すると栄養のとり方などの相談にのっていただけます。また、検査を受けることで自分の今のからだの状態を知るきっかけになります。

☆やせ(-20%未満)の場合、生命を維持できない危険性もあります。特に、夜中に寒くて(体温低下による)目が覚めてしまうなど自覚症状がある場合は医療機関へ受診をお勧めします。

同封した4年の授業について(往復封筒に入れてあります)

SNS に関する授業でしたので全校に当日の内容をまとめました。だまされる等危険なことへの対策や使用方法は

ご家族の協力が必要です。毎月2回のメディアコントロールデーと合わせてご家庭で話題にさせていただくことをお勧めします。

