



もうすぐ
夏休み号

ほけんだより

家庭数



令和7年7月18日

さいたま市立
辻小学校
保健室

熱中症に気をつけましょう！

夏は暑さが厳しくなります。熱中症にかからないよう、次のポイントに気をつけましょう。

楽しい夏休みを！

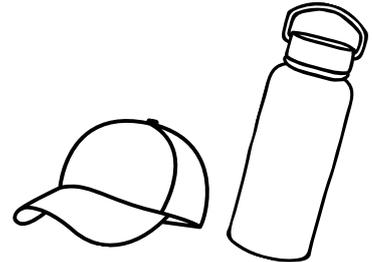
こまめな水分補給

こまめに水分を摂りましょう。
外で遊ぶときは特に気をつけてください。



帽子をかぶる

日差しから身を守るために外にでる時は帽子をかぶりましょう。



歯みがきカレンダーにとりくもう！

夏休み中も1日3回の歯みがきをしましょう。
できたらカレンダーに色をぬって、夏休み明けに提出してください。



Check!

通院をお願いします

健康診断の後、疾病通知を配付しました。

まだ提出されていない方には疾病通知を再発行して配付しました。

夏休み中に通院のご協力をお願いします。



★保護者の方へ★



8月28日(木) 発育測定 (5、6年生)

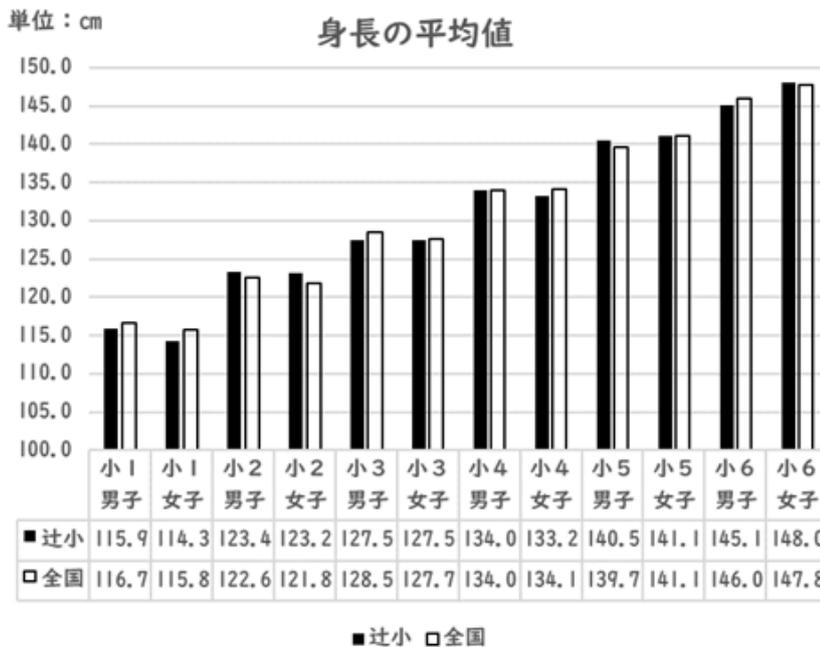
8月29日(金) 発育測定 (3、4年生)

9月 1日(月) 発育測定 (1、2年生、5組)



1～4時間目にやります
休まず来てください

1学期 発育測定の結果



辻小学校の身長、体重の平均値は概ね全国平均に近い値でした。

ここにあげた数値はあくまで平均値です。成長には個人差があります。

成長期ですので、お子さんが自分や友達の身長や体重に興味を持つことは自然なことです。成長には個人差があること、身長の高い・低いに良い悪いはないことなど、お家でもお話してみてください。

