

ほけんだより

大阪狭山市立北小学校
保健室 
2021年3月18日(木)

今年の3月は、いつもより暖かくて、もう桜の花も咲き始めました。
そして、6年生のみなさんは、いよいよ北小学校を旅立つ日がやってきました・・・

ご卒業おめでとうございます！

4月からは中学生です。心も体も健康に、楽しい中学校生活を送ってくださいね！
ランドセルが、とても大きく感じた1年生のときのことを覚えていますか？この6年
間で、みんな本当に大きくなりました！いつもみんなに話していましたが、一人ひとり
みんな成長する時期が違います。自分にとって一番良い時期にスイッチが入ります。
ですから、他の人と比べるのではなく自分自身の成長をしっかりと見つめてくださいね。

いつだったか、学校でケガをして病院へ一緒に行ったあの子・・・
体調が悪くなって、お迎えを待ちながら一緒に給食を食べたあの子・・・
涙が止まらなくて保健室ですっと泣いていたあの子・・・
いろいろと悩みを打ち明けてくれたあの子・・・
みんなみんな、一つ一つ乗り越えて、心も体も
本当に大きく立派になりました。

ささやかですが、保健室から、
6年間の「成長の記録」をプレゼントします。
これからも、すくすく成長して、たまには、
この記録をながめて小学校時代を思い出して
くださいね！

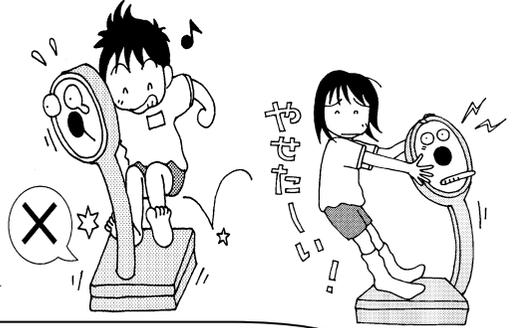
お元気で・・・！！



小学校1年生から6年生まで、こんなに大きくなりました！！

男子平均身長：116.3cmが150.6cmに！
女子平均身長：115.2cmが151.4cmに！

入学時と6年生3学期の測定値です！



男子平均体重：20.9kgが43.0kgに！
女子平均体重：20.7kgが42.6kgに！

無理にやせなくていいのよ！

前にお話した通り、生まれた時は
平均で、身長が50cm・体重は3kgくらい！
みんな、本当に大きくなったね！！

よく保健室へ、身長を測りに来ていた
人も・・・まだまだ伸びるよ！

こんなに大きく、元気に育ててくださ
った家族の人たちに、感謝をこめて
「ありがとう！」って言おうね！！

これからも、健康に気をつけて、
それぞれの夢にむかってがんばっ
てください！！



* * ^{つら}辛いことがあったら、北小での楽しかったことを思い出してね * *

「辛い」に「一」を一つずつ付けたら「幸せ」！！

ちょっとした工夫や視点を変えて、幸せに生きていこう♡