

10げんきな子

2013. 10. 10



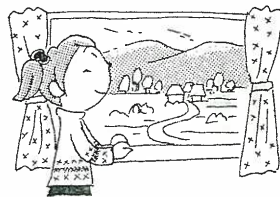
10月10日は目の愛護デー 目をたいせつに

め あいご
めにやさしい 生活をしよう!

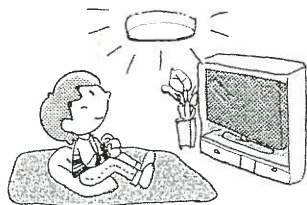
やさしい!



ぐっすりねむる



ちかくばかりでなく、
ときどき、とおくをみる



テレビ・ゲームは時間をきめて、
明るいへやです

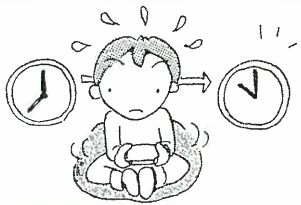
やさしくない・・・



くらいところでほんをよむ



じか ちか
字を書くときノートに近づきすぎる



なが じかん
長い時間ゲームをしつづける



あさゆう 朝夕ずいぶんずしくなってきました。とはいえ、ひるま あつ ひ おお
今年(ことし)の夏は暑(なつ)かったせい(せい)か、
体重(たいじゆう)がへった人(ひと)がたくさん
いました。

9月の発育測定結果(平均値)

	男子		女子	
	身長cm	体重kg	身長cm	体重kg
1年生	119.8	23.7	118.5	21.5
2年生	125.0	25.2	124.7	25.5
3年生	130.3	28.0	129.3	27.8
4年生	135.3	31.4	138.1	33.2
5年生	140.4	37.9	143.0	37.5
6年生	145.1	38.2	148.4	43.1

だいじょうぶ?

体重は、もど
きましたか?



たいじゆう ひと だんし にんじよし にん ぜんこう にん
体重がへった人・・・男子12人女子17人全校で 29人いました

体重がふえるのは成長のめやす

しょうがくせい せいちよき たいじゆう ふ せいちよう
小学生のからだは、成長期(せいちよき)にあり、体重(たいじゆう)が増える(ふ)のは成長(せいちよう)のあかし・めやすとなります

- ① 血液(けつえき)がふえる。
- ② 骨(ほね)や筋肉(きんにく)が大きくなる。
- ③ 心臓(しんぞう)や肺(はい)、肝臓(かんぞう)などが十分(じゅうぶん) 働(はたら)けるようになる。
- ④ 脂肪(しぼう)が増える。

しぼう たいせつ
脂肪には大切な
やくわり
役割(やくわり)があります!
しぼう ふ
脂肪(脂肪)が増えるのは、
だいじ
とても大事なこと!!

脂肪(しぼう)の役割(やくわり)

- 1 からだを動か(うご)かすエネルギー(げん)源(げん)になる
- 2 暑(あつ)さや寒(さむ)さ、衝(しょう)撃(げき)から身(み)を守る
- 3 赤(あか)ちゃんを産(う)む準備(じゆんび)をする(女子(じよし)だけ)