

# 10月 ほけんだより

令和7年10月1日  
札幌市立栄北小学校

すぐーる配信



## 明日から、秋の二計測を実施します。

### 【実施日】

10月2日（木）：1・2・3年生

10月3日（金）：4・5・6年生、あおぞら学級

★計測後、4月と今回の身長・体重を記入した「成長の記録カード」を持ち帰ります。  
半年間で身長と体重がどれだけ成長したか、ぜひお子さんと一緒にご確認ください。

### 【注意事項】

- 半袖・短パンの準備の必要はありません。教室で着脱出来るもののみで対応します。
- 髪の毛は、頭の上や後ろで結ばないでください。



## 生活リズムチェックシートのご協力

## ありがとうございました！



全校の集計ができましたので、お知らせします（右記参照）。

生活リズムを整えることは、体と心の調子を整えることにもつながります。ぜひこの機会に、ご家庭でも再度確認していただけますと幸いです。

保護者の方からのコメント欄へもご協力いただき、ありがとうございました。

### 学年ごとの達成率

