



僕は前の学年では身長順では真ん中ぐらいでした。しかし春休み明けぐらいから身長がどんどん追い越されていって今では前から4~6番目ぐらいです。このまま身長が伸び続けなかったらどうしようと考えてしまいます。そこで質問なんです。

- ①みなさんはいつ頃に身長が伸びたか
 - ②牛乳やいりこなどのカルシウムを毎日食べたり飲んだりしているか
- この二つの質問に答えていただけると嬉しいです😊よろしくお願いします💡

僕は2年生の2学期ごろに身長が伸び始めましたが、いつ伸びるかは個人差があって、中学の入学時に伸びる人がいれば、高校生になってから伸びる人もいるので心配する必要はないです。あと、牛乳は毎日の給食の牛乳を飲んでいれば大丈夫だと思います。いりこは、カルシウムが多く含まれているので食べた方がいいです。僕はいりこはたくさん食べます。



わたしはものすごく背が小さいです。質問に答えていくと、
①まだ伸びてません。(これから伸びると信じています。)
②カルシウムなどはとっていません。
身長には個人差があります。なので、後伸びや、先伸びも人それぞれです。主さん。心配しなくて大丈夫ですよ。わたし以外にも仲間がいますから👍😊



身長は普通です
親が栄養士の免許?見たいの持ってて、聞いたことあるんですけど、正直に言って牛乳は伸びませんよというか逆に骨こわしますよ身長伸びるのは、遺伝もあるけど、規則正しい生活しとくのが一番性格で安全です。
睡眠と食事はかなり影響あります
カルシウムは、いりこはいいと思いますー

