



ひだまり



平成 28 年 4 月 20 日(No.2)

要田小学校 保健室

文責 小川佐稚子



4月の健康診断の結果をお知らせします

*下線は全国平均を上回っているところ

*肥満とは肥満度が20%以上のこと

		身長 (cm)		体重 (kg)		全国肥満 被患率	要田小 の肥満 被患率
		校内平均	全国平均	校内平均	全国平均		
男 子	1 年	113.2	116.5	20.3	21.3	3.7%	9.1%
	2 年	<u>126.2</u>	122.5	<u>30.4</u>	23.9	5.2%	
	3 年	<u>130.4</u>	128.1	<u>32.4</u>	26.9	6.7%	
	4 年	130.1	133.5	26.2	30.4	8.9%	
	5 年	<u>141.0</u>	138.9	33.6	34.0	9.8%	
	6 年	143.2	145.2	35.0	38.2	9.9%	
女 子	1 年	114.7	115.5	19.8	20.8	3.9%	4.0%
	2 年	<u>123.3</u>	121.5	<u>23.5</u>	23.4	5.0%	
	3 年	122.7	127.3	23.7	26.4	6.3%	
	4 年	126.5	133.4	23.3	29.7	7.0%	
	5 年	<u>145.9</u>	140.1	<u>38.3</u>	33.9	7.4%	
	6 年	<u>152.1</u>	146.7	<u>43.4</u>	38.8	7.9%	

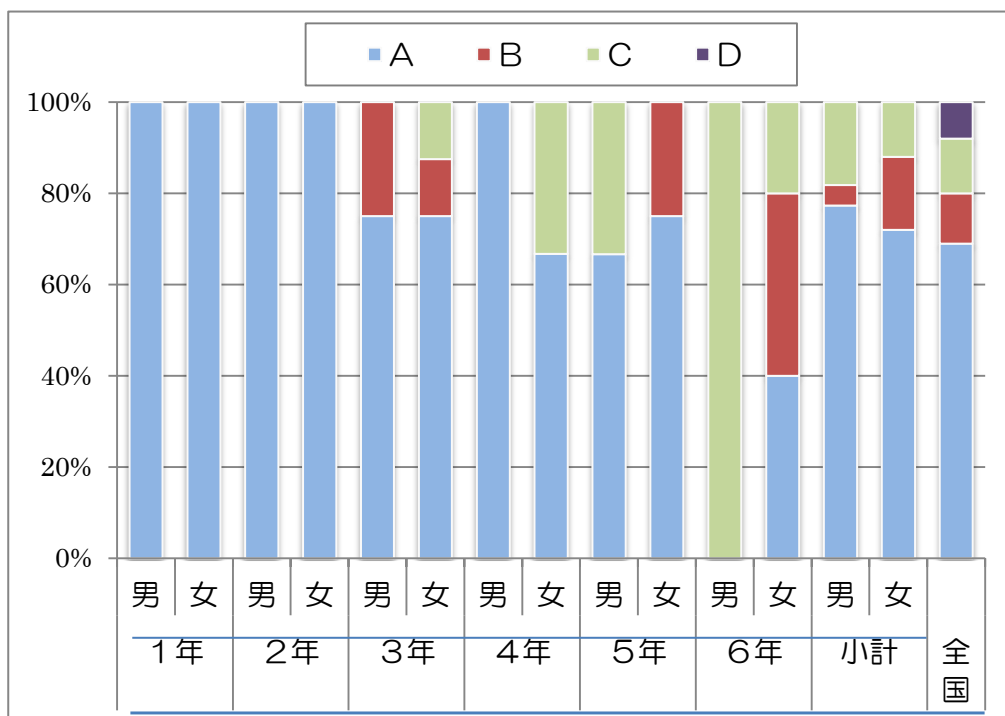
< 内科・眼科健診の結果について >

13日に実施した内科・眼科健診では、全員異常なしという結果でした。しかし、喘息、アトピー性皮膚炎などのアレルギー疾患については、継続的に受診をするようにとの話がありました。

また、体重の急激な増加が見られた人は、食生活や運動を中心に改善を図るようにしましょう。



< 視力測定の結果について >



- ・低学年はAの割合が100%である。
- ・高学年になるにつれてB・Cの割合が多くなり、視力低下傾向にある。
- ・左右差があったり、矯正視力の低下がみられているので、眼科の受診が必要である。
- ・体格については、個人差があるので、定期的な身体計測の結果をみてほしい。

運動会に向けてここが大事！！



5月14日は運動会になります。楽しく・けがなく満足する運動会を目指して、これから練習が本格的に始まります。運動会の当日はもちろんですが、普段の生活から次のことに気をつけましょう。



<運動会に向けて気をつけること！！>

- ①熱中症を予防するために、飲み物（水またはお茶）を持ってきました。
- ②たくさん汗をかくので、お風呂に毎日入ります。
- ③タオルや着替えなどの準備をしましょう。（汗の始末をきちんとさせるため）
- ④かぜをひかないためにも、手洗い・うがいを行いましょう。
- ⑤一日の活力なので、毎日朝ごはんを食べてきましょう。
- ⑥けがにつながるので、爪は短く切っておきましょう。
- ⑦毎日の練習で疲れるので、早めに休むようにしましょう。
- ⑧はきなれたくつで運動しましょう。

