

smile

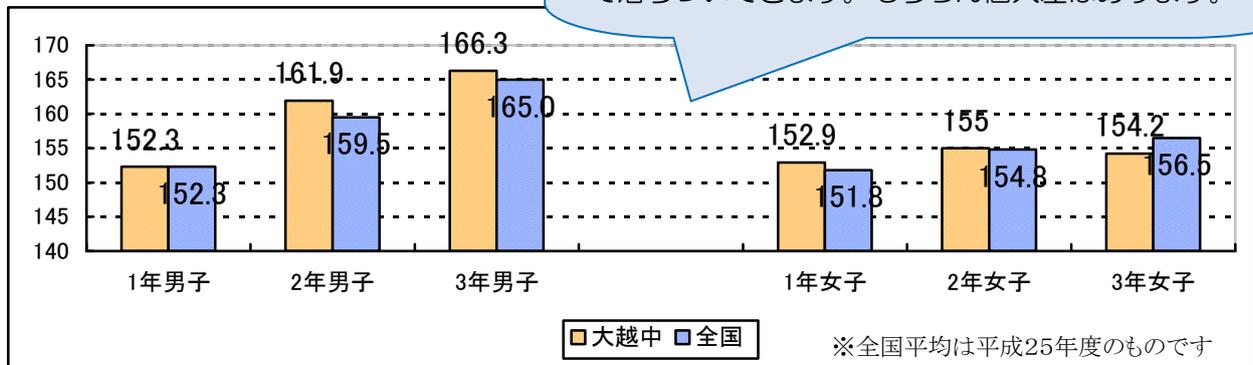
田村市立大越中学校
ほけんだより
H26. 7. 9
文責: 養護教諭 遠藤直美

10年に1度という大型台風が近づいています。今回は雨台風だということで、土砂災害なども心配されています。登下校の際には十分注意したいですね。7月に入り、蒸し暑く感じる日も多くなってきました。こういうときは熱中症にもなりやすいので注意が必要です。休息と水分を十分にとり、事故のないように心がけましょう。

さて、春の大きな行事でもある健康診断のすべての項目が終了しました。今年も体位測定の結果報告をしたいと思います。

体位測定の結果(身長)

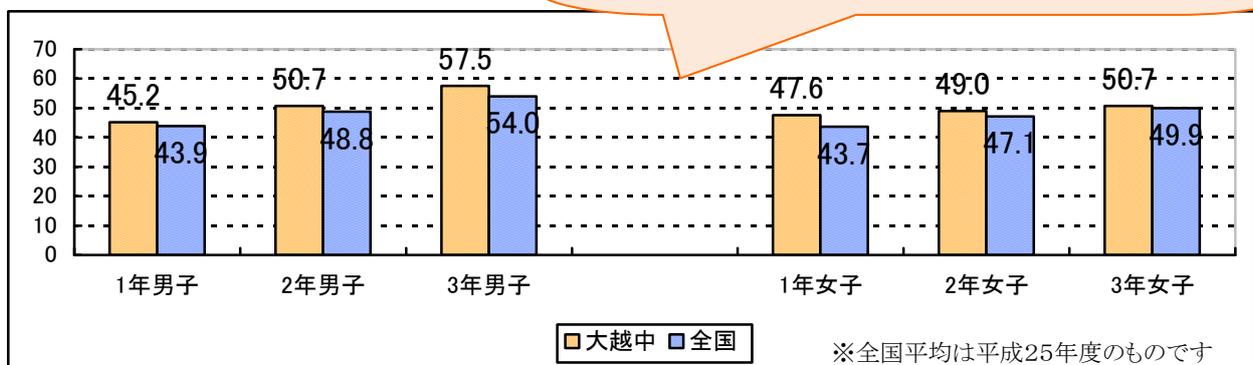
3年女子以外は、全国平均と同じか上回っています。1年間の伸びは昨年とほぼ同じ傾向が見られました。男子はまだまだ成長途中。女子は学年が上がるにつれて落ちついてきます。もちろん個人差はあります。



(身長)	1年男子	2年男子	3年男子	1年女子	2年女子	3年女子
1年間の伸び (cm)	7.6	7.5	5.7	4.1	2.9	1.5

体位測定の結果(体重)

すべての学年で全国平均を上回っています。しかし、1年間の伸びを昨年のデータと比べてみると、体重の増加は約半分になっています。



(体重)	1年男子	2年男子	3年男子	1年女子	2年女子	3年女子
1年間の伸び (kg)	4.3	1.5	3.9	3.8	1.9	0.6

大中学生の朝食摂取率は？

今年度も「朝食に関するアンケート」を行いました。

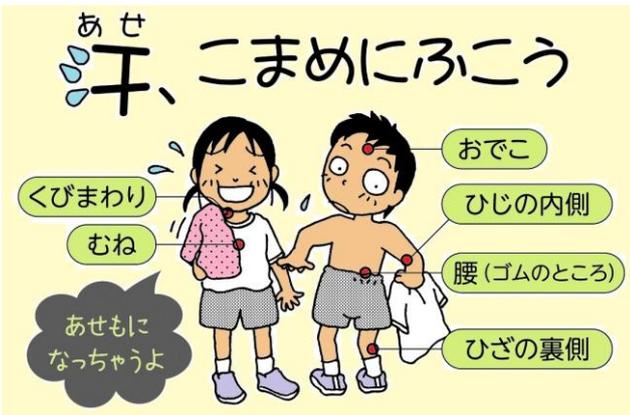
調査期間最終日に朝食を食べたかどうかという質問では、「食べた」と答えた人が136人中129人で94.9%という結果でした。今年も昨年の県平均96.6%には及ばず、少し残念です。脳へのエネルギー補給のためにも、食事をして登校してほしいと思います。



今年度は朝食摂取率以外に、「食べ方に関するアンケート」も取りました。結果は表のとおりです。

項目		調査期間の 初日	調査期間の 最終日
朝食に野菜を食べた生徒数	人数	65	67
	%	47.8	49.3
夕食に汁物を食べた生徒数	人数	102	96
	%	75.0	70.6
昼食以外に誰かと食事をした回数	2回（朝と夕）	人数	88
		%	64.7
	1回（朝または夕）	人数	41
		%	30.1
	0回（ない）	人数	7
		%	5.1

今回のアンケートで、朝も夜も1人で食事をしている人がいることがわかりました。1年生にやや多い傾向が見られました。いろいろな理由はあると思いますが、1日に1回は家族が顔を合わせて食事ができるといいなと思いました。



汗をかきやすい季節になりました。それに伴い皮膚のトラブル(あせも、虫さされなど)も増えてきます。それらのトラブルを少しでも防ぐためにタオルを2枚準備することをおすすめします。1枚は濡らして汗を拭き取るのに使いましょう。さっぱりするし、におい防止にもなります。濡れタオルで拭き取ったあとに乾いたタオルで拭けば完ぺきです。

健康診断がすべて終わりました。
治療や検査が必要な人には、受診勧告書を配付してあります。
(歯科に関しては全員に結果を配付しました。)
平日は部活動もあるためなかなか受診できない人も、夏休みはチャンスです。2学期、健康な状態で学校生活を送るためにも夏休み中に受診するようお願いいたします。

