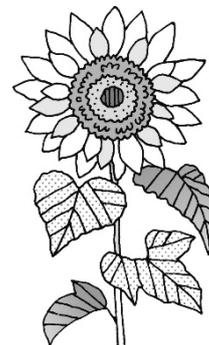


+令和4年7月1日
練馬区立石神井西小学校
校長 青山 直志
養護教諭 中出 亮子



今年度の定期健康診断の結果のまとめをお知らせします。

定期健康診断は、身体の発育や状態を知り、身体の異常を発見し早く適切な処置をすることで、健康で充実した学校生活が過ごせることをねらいに行われています。検査や治療が必要なお子さんには、別紙でお知らせしていますが、受診されたでしょうか。

まだ受診されていない場合は、なるべく早めの受診をお勧めします。

7月の保健目標 夏を健康にすごそう

定期健康診断の結果

1 計測の平均

項目	学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
	身長 (cm)	男子	118.2	124.3	128.3	135.3	138.2
女子		116.3	123.4	126.8	132.7	140.3	147.3
体重 (kg)	男子	21.7	25.5	28.3	33.4	34.2	40.0
	女子	21.0	24.8	25.7	30.0	34.2	40.2

*成長には個人差があります。数字のみを見比べるのではなく、成長の様子やバランスを見るようにしましょう。

2 耳鼻科検診結果

今年度は異常なしでした。聴力検査の結果お知らせと耳鼻科医による検査のすすめを受け取った人は耳鼻科医の検査を受けてください。

3 視力検査結果 (%)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	全校(%)
A (1.0以上)	59	60	47	37	28	28	57
B(0.7~0.9)	12	6	1	10	9	10	11
C(0.3~0.6)	8	13	5	18	14	10	15
D (0.3未満)	5	7	7	15	18	25	17

*学年が上がるにつれて低視力の児童が増加し、授業中の眼鏡使用児童も増加しています。

*受診後「座席の配慮が必要」という場合でも、人数・状況により対応できないことがあることをご了承ください。

4 眼科検診結果（人）

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計(人)
眼斜位	2	2	0	2	0	1	7

5 内科検診結果

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
心雑音	1	0	0	0	0	0	1
不整脈	0	1	1	0	0	1	3
その他	0	0	0	1	0	0	1

*生活習慣病検診については練馬区教育委員会から個別に受診の案内が届きます。

6 歯科検診結果

	歯列・かみ 合わせの 要観察	歯垢注意	むし歯なし		むし歯治療済み	未処置あり (むし歯がある)
			人数	%	人数	人数
1年	6	2	73	92.0	8	5
2年	10	6	68	75.5	13	5
3年	3	4	47	76.2	8	0
4年	5	15	57	63.5	18	4
5年	5	7	55	75.0	10	3
6年	14	11	64	76.8	5	2

*よい歯バッチは、治療が済みましたら歯科受診報告書（黄色い用紙）を学校に提出していただくことで、引き換えに1年間いつでもお渡ししています。

※結果などにつきまして、ご不明の点がございましたら、保健室までお問い合わせください。お忙しい中、各種調査票や検体の提出などにご協力いただき、ありがとうございました。

★健康診断の結果について

1学期の終わりのあゆみをお渡しする際の封筒に、一緒に入れさせていただきます。届きましたらどうぞご家庭で大事に保管してください。よろしくお願いたします。

今月のトピックス

「いっき飲み」で水分補給した気になってない？

夏は特に水分補給が大切…誰でも知っていることですよね。

でも、暑いからって、グビッと「いっき飲み」ばかりしていませんか？
体が一度に吸収できる水分は200～250mLとされています。一般的な500mL入りペットボトルの半分くらいの量ですね。

それ以上の水分を摂っても、尿として排出されてしまいます。

特に運動中など、大量に水分が失われているときに「いっき飲み」をしても、必要な水分は補えていません。熱中症になってしまう恐れもあります。

💡 ポイントは「のどが渴く前」

のどが渴いてからだと、ついつい、いっき飲みをしたくなります。だから、「のどが渴く前」に、こまめに水分摂取することが大切です。

