

平成28年7月5日

ほけんだより

7月号



練馬区立豊玉南小学校

校長 風見 由起夫

7月に入りました。梅雨が明けると、暑さはさらに厳しくなってきます。この時期に気をつけたいのは、やはり「熱中症」です。学校でも子供達に声をかけていますが、予防は水分を「こまめに」「ちよつとずつ」とることです。暑いと汗をたくさんかき、体の中の水分がどんどん出て行きます。「のどがかわいた」と感じたときには、実はもう水分が足りなくなっているときです。また、いっぺんにたくさん飲むと、お腹が痛くなったりすることもあります。もうすぐ夏休みです。暑さに負けず楽しく過ごせるように「こまめに」「ちよつとずつ」水分補給を心がけて下さい。



7月の保健目標 夏を健康にすごそう



《平成28年度 定期健康診断の結果》

＜身長＞

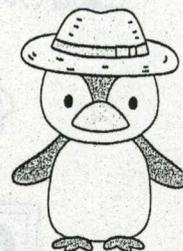
(cm)

	男子			女子		
	全国	H27 東京都	豊玉南小	全国	H27 東京都	豊玉南小
1年	116.5	116.7	116.7	115.5	115.4	115.4
2年	122.5	122.9	122.9	121.5	122.3	121.2
3年	128.1	128.2	128.3	127.3	127.6	127.1
4年	133.5	133.9	134.7	133.4	133.6	133.1
5年	138.9	139.5	141.0	140.1	140.6	140.5
6年	145.2	145.6	147.6	146.7	147.1	148.7

＜体重＞

(kg)

	男子			女子		
	全国	H27 東京都	豊玉南小	全国	H27 東京都	豊玉南小
1年	21.3	21.1	21.3	20.8	20.7	21.0
2年	23.9	24.0	24.2	23.4	23.1	23.3
3年	26.9	26.5	27.1	26.4	26.2	26.3
4年	30.4	30.1	30.3	29.7	29.5	28.4
5年	34.0	34.0	35.5	33.9	33.7	33.7
6年	38.2	38.4	40.2	38.8	38.6	40.9



＜アレルギー疾患＞

- アレルギー性結膜炎A… (要受診)
- アレルギー性結膜炎B… (症状が悪化時に受診)
- アレルギー性鼻炎A… (要受診)
- アレルギー性鼻炎B… (症状が悪化時に受診)

☆アレルギー疾患がAの場合は、受診するようお願いいたします。

(%)

	アレルギー性結膜炎		アレルギー性鼻炎	
	A	B	A	B
1年	0	19.0	3.8	8.9
2年	0	24.7	4.1	19.6
3年	0	34.9	7.2	15.7
4年	0	26.0	9.1	18.2
5年	0	32.5	5.0	25.0
6年	0	26.3	0	9.2
全校	0	27.2	4.9	16.3
	27.2		21.2	

<視力検査> (%)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	豊玉南	H27・都
A 1.0以上	77.2	81.4	72.3	62.3	52.5	56.6	67.7	65.1
B 0.9~0.6	10.1	7.2	12.1	9.1	5.0	5.3	8.1	12.6
C 0.6~0.3	10.1	7.2	4.8	14.3	21.25	18.4	12.4	9.2
D 0.3未満	2.5	4.2	10.8	14.3	21.25	19.7	11.8	3.9

<歯科検診> (%)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年	豊玉南	H27・都	
むし歯	治療済み	21.5	28.9	38.6	39.0	33.8	18.4	30.1	24.9
	むし歯あり	27.8	21.6	20.5	15.6	22.5	13.2	13.2	19.8
	合計	49.3	50.5	59.1	54.6	56.3	31.6	45.7	44.7

 **もうすぐなつやすみ**

☆治療はお済みですか?…夏休み中に治療を!

4月からの定期健康診断が無事に終了しました。健康診断の結果、むし歯など治療の必要のある人は、夏休みを利用し早めに受診・治療をお願いします。

☆生活リズムを整えて

もうすぐ楽しみな夏休み。体の調子を崩さないために、暑さも考えながら、夏休みも決まったサイクルで生活できるといいと思います。また、テレビ、ビデオ、ゲーム、携帯電話など情報機器の使い方について、ご家庭でルールは決まっていますか?夏休みの前に、ご家庭でもう一度ルールを確認できるといいですね。

 **元気に楽しく!**



- もうすませた?** 歯のちりょうはお早めに
- みでも山でも** 日やけに注意
- まほ・ケータイは** おうちの人と使おう
- っどモーニング!** 休み中でも早ね早起き
- なんどでも** おさらいを... 熱中症予防
- さいをとって** いますか? 夏野菜もおすすめ!
- みずばはケン!** 子どもだけで行かないで!
- めたい** 食べもの・飲みものはひかえめに
- すしい時間を** うまく使って勉強・運動