

ほけんだより 7 がつ

令和 7 年 7 月 1 0 日
練馬区立開進第一小学校
校長 海老沼 寛之・保健室



6月から気温の高い日が続いています。熱中症から体を守るために、「帽子をかぶる。」「マスクをはずす。」「水分をしっかりとる。」など、暑さと上手につきあっていきましょう。夏休みまでもうすぐです！！

7月の
ほけんもくひょう

夏を健康に過ごそう



おうちの方へ

健康診断の結果をお配りします

今年度の定期健康診断は、すべて終了いたしました。保護者の皆様には提出物等ご協力いただき、ありがとうございました。お子さんが持ち帰ります「定期健康診断の記録」はご家庭にて保管してください。

(押印や学校への提出は必要ありません。)

定期健康診断の記録

学校名 開進第一小学校

年齢(才)	年度	6	7	令和5	8
身長 (cm)					
体重 (kg)					
栄養状態 (肥満度)					
容 状					
脊 柱					
胸 部・四肢					
皮膚疾患					
心臓の疾患及び異常					
尿 一 次					
視 力					
聴 力					
耳鼻咽喉科疾患					
歯 科					
口腔の疾患及び異常					
備 考					

① 身体計測の結果です。

令和2年度は9月に測った数値、それ以外は4月に測った数値です。身長伸び方には個人差がありますが、心配な場合はご相談ください。

② 内科検診の結果です。

「心臓の疾患及び異常」欄は、1年生と他学年受診者のみ心臓検診の結果も含まれています。

③ 視力検査の結果です。

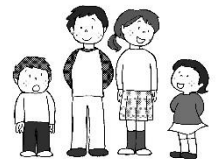
()内は矯正視力です。成長期の体は変化が早く、視力が急激に低下することがあります。お知らせをもらった児童は、早めの受診をおすすめします。

④ 歯科検診の結果です。

むし歯の欄は、空欄もしくは「なし」と書いてある場合は、むし歯なしです。昨年度より歯科検診を受けた児童全員に「よい歯のバッジ」を渡しています。歯科検診を欠席した人も、「受診報告書」を提出した児童にはバッジを渡しますので、担任までお申し出ください。健康な歯を保つためにも、早めに受診しましょう。

例年は異常なしです。
※は検査を行わない学年です。
結果については、異常がある場合に別途お知らせします。
肥満度(過体重度) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) / 身長
計算結果が、+20%以上:肥満傾向、-20%以下:やせ傾向
肥満度(過体重度)が+20%以上30%未満:軽度、+30%以上50%未満:中
-20%以下:やせ、-30%以下:重症のやせ

健康診断の結果から



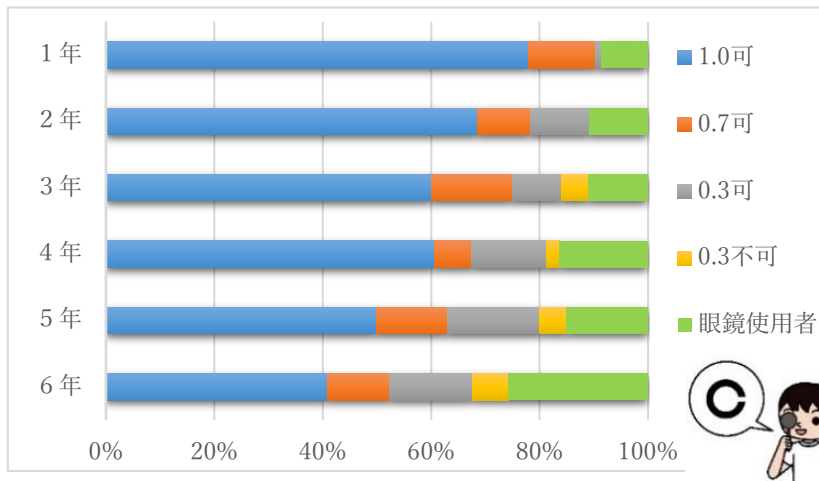
1 開一小小児の体位平均・・・4月の身体計測結果

	学	身長（c m）		体重（k g）	
	年	開一	区	開一	区
男	1	○117.4	116.9	○21.5	21.3
	2	●122.4	123.1	●23.7	24.2
	3	●128.7	129.1	●26.8	27.7
	4	○134.8	134.2	31.0	31.0
子	5	●138.5	139.8	●33.1	34.7
	6	●145.7	146.4	●39.3	39.5

	学 年	身長（c m）		体重（k g）	
		開一	区	開一	区
女 子	1	115.8	115.8	●20.8	20.9
	2	●121.4	122.0	●23.2	23.6
	3	●127.6	127.8	○26.7	26.6
	4	●133.5	134.1	○31.0	30.2
	5	●139.8	141.3	●34.1	34.9
	6	○149.9	147.9	○41.9	39.6

区の数値は令和6年度 ○区平均を上回る ●区平均を下回る

2 視力検査結果 (裸眼視力)



高学年になるにつれ、視力が低下してくるのが分かります。視力低下は遺伝や個人差もありますが、ゲームのやりすぎや暗い部屋での読書など、生活習慣が原因になることもあります。

気を付けましょう。



子供の健康を考える会を開催しました。

6月25日(水)に学校保健委員会を開催しました。今年度は、本校スクールカウンセラーの加藤先生より「子どもの話の聴き方」についてのお話を聴かせていただきました。当日は教職員と保護者の方にもご参加いただきました。また、動画配信も多くの方にご視聴いただいています。どうぞ感想もあわせてお寄せください。配信は10日までとなっていますので、どうぞ視聴ください。



歯・口の健康に関する図画・ポスター作品 大募集!

練馬区の歯科医師会では、歯・口の健康に関する図画・ポスターを募集しています。

出品した人全員に参加賞が贈られ、審査の結果、選ばれた作品は表彰されます。

描いてみたい人は、保健室で画用紙を渡しますので、休み時間や放課後に取りに来てください。

夏休みに描いて、9月1日(月)に提出してください。たくさんのチャレンジをお待ちしています!

★募集作品は、図画(標語なし)の部、ポスター(標語入り)の部があります。

