

# ほけんだより

平成 29年6月30日

練馬区立練馬東小学校

保健室

蒸し暑い日が続いています。雨が降ったり、急に晴れたりと天気や気圧の影響で、頭痛がしたり、気持ち悪くなったりする児童が増えています。台風、雨天時、湿気が多いなど気圧が低下するときに、体調不良が続く場合には頭痛専門外来や気象病・天気痛外来などといった専門外来を受診してみてもよいかもしれません。

6月で定期健康診断が終了しました。身体計測の本校平均値と東京都の平均値をお知らせしますので御参照ください。健診の結果、治療が必要な場合は早めに病院を受診して体調管理に努めましょう。

## 身体計測結果 東京都との比較

### 男子

項目 学年	本校 平均身長	東京都 平均身長	本校 平均体重	東京都 平均体重
1年	117.6	116.4	21.6	21.3
2年	122.7	122.8	23.4	24.1
3年	128.0	128.5	26.6	26.9
4年	135.3	133.6	32.2	30.1
5年	140.2	139.3	35.1	34.3
6年	142.4	145.8	36.7	38.8

### 女子

項目 学年	本校 平均身長	東京都 平均身長	本校 平均体重	東京都 平均体重
1年	115.9	115.7	21.5	20.9
2年	121.9	122.1	23.7	23.6
3年	126.4	127.1	25.8	26.2
4年	134.2	133.8	29.7	29.7
5年	138.4	140.5	31.2	33.9
6年	146.6	147.2	38.7	38.8

ほけんだよりの裏面に成長曲線を確認できるグラフがありますので、ぜひ成長曲線を描いて成長のようすを御確認ください。次のような項目に当てはまる場合、低身長や他の病気が疑われることがあります。

- 1年間の身長の増加が4 cm以下で、これが2年以上続く場合
- 成長曲線が $-2.5SD$ 以下だった場合

## クリーン運動について

7月4日（火）にクリーン運動〔草取り〕が行われます。虫刺され防止のため、軍手や長袖・長ズボン・など各自準備してクリーン運動に参加しましょう。虫に刺されることもあるので、必要な人は自分の体質にあった塗虫刺され用の薬も準備してください。よろしくお願いします。

## 7月の保健行事

7月 11日（火）	歯みがき指導 4年・ すずしろ4年
-----------	-------------------

7月11日（火）に、4年児童を対象に歯みがき指導を行います。持ち物を確認して歯ブラシ以外は遅くとも7月10日（月）にまでには持参しましょう。また、当日に赤い染め出しの錠剤を使用しますが、歯の矯正や、アレルギーなどで染め出しができない場合には連絡帳などでお知らせください。

