

ほけんだより 9がっ

平成30年 9月 3日 No. 7
練馬区立下石神井小学校
校長 境野 宏樹
養護教諭 榎本 弘子

学校の生活リズムに戻そう

長いと思っていた夏休みも、あっという間に終わってしまいましたね。いよいよ2学期がスタートいたしました。夏休みで、生活リズムがくずれてしまった人もいます。生活リズムをしっかりと立て直して、まだまだ続く、暑い日を元気に過ごしましょう！！

9月の保健目標

生活リズムを整えよう



夏休み明けの生活リズムを見直しましょう

夏休み気分が抜けず、生活習慣が乱れていませんか？ できることから始めて、規則正しい生活に戻しましょう。



© 少年写真新聞社 2017

9月の保健行事

■ 身体計測

4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	10日(月)	11日(火)
5年生	4年生	3年生	2年生	6年生	1年生

※測定当日は、髪を高い位置で結んでこないようにしてください（身長が正確に測れないため）。
計測後、「健康の記録」をお返しします。お子さんの成長の様子をご覧ください。

■ 移動教室事前検診

◎ 5年生 28日(金) 13:00～

※移動教室用健康カード(A4 黄色)を忘れずに

健康診断結果

※成長には、「せいちょう個人差こじんさ」あり、成長せいちょうの仕方しかたは、一人一人異ひとりひとりことなります。

1 身体計測

(4月現在)

		身長(cm)		体重(kg)	
		男子	女子	男子	女子
1年	下石小	116.5(−0.4)	116.0(−0.5)	21.2(−0.1)	20.7(−0.6)
	東京都	116.9	116.5	21.3	21.3
2年	下石小	121.9(−0.6)	121.5(−0.2)	23.3(−0.6)	23.0(−0.3)
	東京都	122.5	121.7	23.9	23.3
3年	下石小	128.4(−0.2)	127.2(−0.4)	27.0(−0.3)	26.4(−0.2)
	東京都	128.6	127.6	27.3	26.6
4年	下石小	134.4(+0.7)	132.8(−1.1)	32.4(+2.1)	28.8(−1.4)
	東京都	133.7	133.9	30.3	30.2
5年	下石小	139.1(−0.4)	140.4(+0.3)	33.4(−1.0)	33.7(−0.3)
	東京都	139.5	140.1	34.4	34
6年	下石小	144.8(−0.1)	147.4(+1)	36.1(−1.9)	38.7(−0.1)
	東京都	144.9	146.4	38	38.8

2 視力検査 視力 1.0 未満児童・眼鏡使用者（眼鏡使用者の視力検査は、眼鏡をかけての視力となります）

学年	男子（人）	女子（人）	全体（人）	%	眼鏡使用者	東京都(%)
1年	11	6	17	12.6	4	23.1
2年	22	21	43	28.1	6	28.1
3年	19	24	43	34.1	11	31.9
4年	15	23	38	32.5	12	37.3
5年	20	20	40	26.5	26	42.7
6年	7	9	16	14.5	28	47.1
合計	94	103	197	24.9	87	34.9

3 歯科健診

	未処置歯 (人)	未処置 (%)	東京都※ (%)	処置済み (人)	要注意歯 (人)	歯列・咬合 (人)	歯垢 (人)	う歯なし (人)	検査人数 (人)
1年	8	5.9	16.2	26	6	2	1	127	135
2年	8	5.3	18.3	31	8	7	8	120	151
3年	9	7.2	20.2	43	12	9	8	115	124
4年	6	5.2	19.9	42	5	1	2	109	115
5年	7	4.6	18.3	37	15	7	6	145	152
6年	1	0.9	12.3	26	11	6	6	107	108
合計	39	4.9	17.6	205	57	32	31	723	785

4 耳鼻科健診

アレルギー性鼻炎	鼻炎・副鼻腔炎	耳垢	中耳炎	その他
22	9	84	5	2

5 眼科健診

アレルギー性結膜炎	眼位異常	結膜炎	麦粒腫	その他
16	14	2	1	1