

あゆみの封筒の中に定期健康診断の結果のお知らせ用紙が入っています。お子様の成長の様子をご覧になってください。また、受診が必要な場合は、夏休み中に受診をお願いします。なお、「定期健康診断の記録」は学校検診時のものを記載しています。病院受診後の結果ではないことをご了承ください。(受診状況は7月12日までに提出のあったものまで記入してあります。)

石崎っ子の健康状態～定期健康診断の結果より～

①体格について

身長の平均 (cm)



	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	115.2	124.3	131.8	135.3	138.4	145.4
女子	115.0	120.4	133.4	133.7	139.9	147.9

体重の平均 (kg)

	1年	2年	3年	4年	5年	6年
男子	19.4	25.0	30.9	32.7	34.6	41.0
女子	20.9	24.6	31.2	29.6	35.0	42.8

栄養状態	本校	石川県	全国 (R4)
肥満傾向の人の割合 (肥満度20%以上)	12.8%	8.9%	9.9%

本校は肥満傾向(肥満度20%以上)の人の割合が高い傾向です。暑い季節は飲み物にも注意が必要です。普段の水分補給は水やお茶にしましょう。沢山汗をかいた時は、スポーツドリンク等で塩分を補給することも大切ですが、糖分が多いので飲みすぎに注意しましょう。スポーツをしている人は、お茶とスポーツドリンクを用意したり、薄めたスポーツドリンクにしたりなど工夫しましょう。



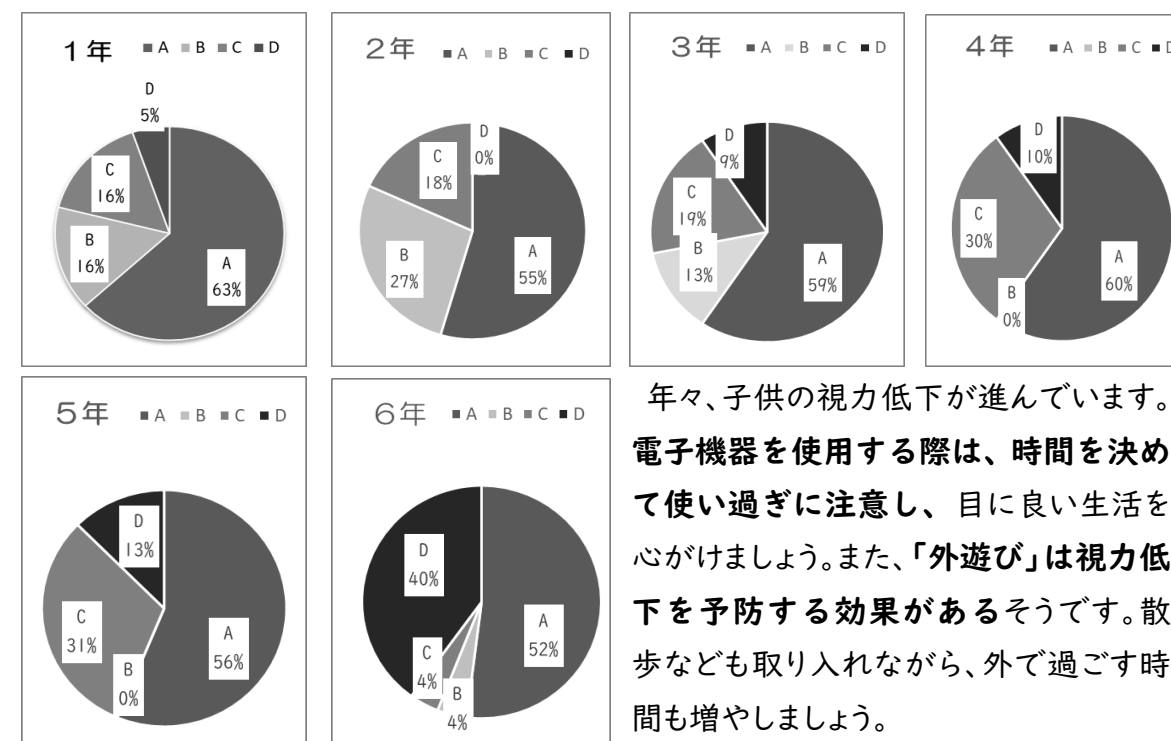
②歯科について

学年	むし歯のない人	むし歯のある人	むし歯の人の割合	全国 (R4)
1年生	13	6	31.6%	18.1%
2年生	8	12	60.0%	19.9%
3年生	16	15	48.4%	20.7%
4年生	14	6	30.0%	20.6%
5年生	13	3	18.8%	13.2%
6年生	20	5	20.0%	15.6%
合計	84	47	35.9%	18.1%

全国の結果と比べると、「むし歯の人」の割合がかなり高く、特に1～4年生のむし歯保有者が多かったです。毎日の歯みがきはもちろん大切ですが、定期的に歯科医院に行き、検診を受けることもむし歯予防にとって大切です。「怖いから歯医者さんに行きたくない」という児童もいますが、定期的に通うことで怖い場所ではなくなると思います。ぜひ、夏休みを利用して検診を受けてみてはいかがでしょうか。

③視力について

	石崎小	全国 (R4)
裸眼視力1.0未満	42.5%	37.9%



年々、子供の視力低下が進んでいます。電子機器を使用する際は、時間を決めて使い過ぎに注意し、目に良い生活を心がけましょう。また、「外遊び」は視力低下を予防する効果があるそうです。散歩なども取り入れながら、外で過ごす時間も増やしましょう。