



# ほけんだより

令和4年4月18日  
押水第一小学校  
保健室 山崎千尋  
No.2

## 身体計測結果のお知らせ

検査や検診の結果については、随時お知らせしていきます。病気・異常が見つかった場合は、早めに受診しましょう。なお、学校での健康診断は“スクリーニング”（病気・異常の疑いのあるものを選び出す）であるため、受診しても『異常なし』となることもあります。

☆身長・体重：4月6日測定

## 身体測定結果

※石川県の平均値は  
一昨年（R2年度）の数値です。



年	番	さん
【身長】	【体重】	
	cm	kg

男子	身長 (cm)		体重 (kg)		女子	身長 (cm)		体重 (kg)	
	本校 4月平均	石川県 (R2)	本校 4月平均	石川県 (R2)		本校 4月平均	石川県 (R2)	本校 4月平均	石川県 (R2)
1年	116.0	117.6	21.1	21.7	1年	115.7	116.4	19.3	21.2
2年	123.0	123.6	25.4	24.8	2年	128.3	123.3	27.0	24.4
3年	129.0	128.9	27.6	27.8	3年	127.2	128.1	26.2	27.1
4年	134.1	134.7	32.9	32.0	4年	132.5	134.8	26.3	30.9
5年	143.2	139.6	38.1	35.0	5年	141.2	141.5	31.9	35.1
6年	149.5	146.1	43.9	40.6	6年	150.5	148.5	45.3	40.3

☆視力：4月6日測定→再検査対象者は4月11・12・13日測定

## 視力検査結果



※検査結果は、再検査の結果  
低い方の視力を載せています。

	検査人数	A	B	C	D
1年	10	8	1	1(1)	0
2年	6	5	1	0	0
3年	13	8	4(1)	1	0
4年	9	6	2(1)	1	0
5年	12	6	1(1)	5(2)	0
6年	11	5	4(3)	2(1)	0
計	61	38	13(6)	10(4)	0
%		62%	21%	16%	0%

### 【保護者の方へ】

『私の視力カード』をご覧になり、押印して21日(木)までに提出してください。

なお視力がB以下だったお子様には、**黄色の**「受診のお知らせ」を同封しました。眼に異常がないかどうか眼科を受診され、適切な処置・指導を受けられることをお勧めします。

※ ( ) は、その人数のうちでメガネをかけている人数です。

☆ 歯科検診: 4月14日実施



# 歯科検診結果

(重複あり)	1年	2年	3年	4年	5年	6年	合計
異常なし	4	2	1	1	0	3	11
経過観察	4	2	9	4	3	4	26
受診のおすすめ	4	3	10	5	12	7	41

※同封のお知らせ(緑色)をご確認ください。

※「受診のおすすめ」に〇がついている人は早めに受診しましょう。

※歯並び、かみ合わせですでに矯正中・相談済みの場合は用紙にその旨を書いて学校まで提出してください。

結核検診問診票(白色)を同封しました。✂切21日(木)  
28日(木)の内科検診で必要ですので、必ず提出して下さい。

## 5月の保健目標 《歯を大切にしよう》

### 歯ブラシ後ろ側から見てみよう

後ろからはみ出て見えるくらい毛先が広がっていたら要注意!  
ちゃんと歯をみがけなくなっているかもしれません。  
なぜなら、歯垢を取り除くには毛先を歯にあてる必要があるから。  
毛先が開いているとうまくあたりません。

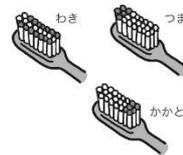


歯ブラシ交換の目安は  
月に一度。忘れずに!

### じょうずな歯みがきで、いい歯に!

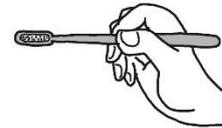
#### ポイント1

歯ブラシのわき、つま先、かかとを使い分け、毛先をきちんと当ててみがく。



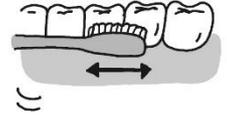
#### ポイント2

えんぴつ持ちをして、軽い力(歯ブラシの毛先が広がらない程度の力)でみがく。



#### ポイント3

歯ブラシを大きく動かさず、歯1~2本ずつ小さざみにみがく。



## 運動会の練習が始まります。

もうすぐ運動会の練習が始まります。しっかりと準備できているかチェックしてみましょう!できているものには星に色をぬりましょう。

★  
てあし 手足のつめをきる

★  
じぶん あし あ 自分の足に合ったくつをはく

★  
きれいな体操服を着て、ぼうしをかぶる



★  
うんどう 運動したあとはてあら 手洗いうがいをする

★  
うんどう 運動したら、水分をしっかりとる

★  
うんどう 運動したあとはからだを休める

