



保護者
の方へ

令和 8 年7月13日(月)小倉小学校 保健室

今年度の定期健康診断がすべて無事に終了いたしました。

すべての健診結果を記載した「**定期健康診断の記録**」と「**身長・体重成長曲線**」を配付いたしますので、内容のご確認をお願いいたします。

また、各定期健康診断で受診が必要と診断された児童には、「**健康診断結果のお知らせ・受診報告書**」を配付しております。※

医療機関を受診の際、医師に結果をご記入いただき、学校へご提出ください。



夏休みを利用して早めに受診することをお勧めいたします。

※**歯科検診**のみ、受診が必要ない児童にも配付しています。その場合は学校へ受診報告書の提出は不要です。

健康診断の結果 のお知らせ



▼目次

- ・「定期健康診断の記録」
各項目の詳細について
- ・身長体重成長曲線について
- ・学校医の先生から
◇耳鼻科疾患が睡眠不足につながっている!?
◇夏の飲み物に要注意!



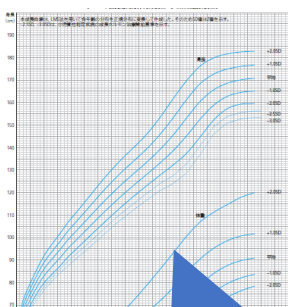
「定期健康診断の記録」 各項目の詳細について

身長・ 体重	4 月測定時の数値です。
肥満度	身長と体重から出した数値です。 【－20%以下…やせ】 【＋20%以上…肥満】
脊柱・ 胸郭・ 四肢	内科検診時に、保健調査票の情報 を基に、学校医によって側 わん症や四肢の状態の検査を しています。

視力	眼鏡を使用して測定した児童は（ ）の中に結果が記入されています。	
	A: 1.0 以上	教室の一番後ろからでも、黒板の文字はよく見えています。
	B: 0.7 ~ 1.0 未満	後ろの方でもほとんど読めていますが、近視の始まりのことが多く、眼科受診を勧めます。
	C: 0.3 ~ 0.7 未満	後ろの方では黒板の文字が見えづらく、近視以外の目の病気にも注意が必要です。
	D: 0.3 未満	前の方でも黒板の見え方は十分とは言えません。なるべく早い受診をお勧めします。
聴力	1000Hz、4000Hz の二つの音で検査しています。 4・6年生は保健調査票をもとに抽出された児童が対象です。	
眼の疾病など	眼科検診の結果です。	
耳鼻咽喉頭	耳鼻科検診の結果です。 2・4・6年生は抽出児童が対象です。	
皮膚	内科検診時に検査をしています。	
結核	保健調査票をもとに学校医による診察をしています。	
心臓	心電図検査は 1 年生と、特定の児童のみが検査対象となっています。	
尿検査	予防医学協会によって行われた尿検査の結果を記しています。	
歯科	4～6月に実施した学校歯科医による検査の結果です。	

身長・体重成長曲線について

① 成長曲線とは？



曲線のカーブに沿っているかどうか大切です！

成長曲線は、子供の年齢ごとの「身長」や「体重」の平均値をグラフにしたものです。そこに、これまでの測定結果を「点」で結んでいくことで、どのよう

に大きくなってきたか、成長パターンがひと目でわかるようになっています。

② どんなことがわかるの？

成長曲線を描くことで、

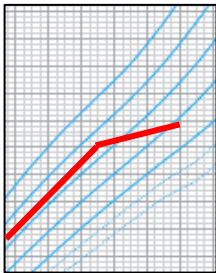
- 「肥満」「やせ」といった栄養状態の変化
- 低身長、高身長などの成長異常

を早期に見つけることができます。成長異常は成長ホルモンや甲状腺ホルモンなどの病気が原因の可能性があり、その多くは早期に見つければ対処ができます。

③ 注意が必要な成長曲線は？

成長曲線で一番大切なのは、これまでのカーブの流れから外れていないかという点です。

グラフには、標準的な成長の目安となる「基準線」が何本かひかれています。この基準線を複数またぐようにして、急激に上向きや下向きに変化した場合は注意が必要です。(参考:学校保健 HP)



身長の伸びや体重について、ご心配な方は一度かかりつけの小児科へご相談ください。受診される際は、入学時から今までの身長や体重の記録を用意することができますので、保健室へお声掛けください。

学校検診で異常はなかったけど… 学校医の先生から



耳鼻科疾患が 睡眠不足につながっている！？

学校耳鼻科医 吉川先生

アデノイド肥大や扁桃肥大などの喉の病気や、アレルギー性鼻炎による鼻づまりは時に睡眠障害を引き起こすことがあります。

日中落ち着きがない、学習に集中できないのは、耳鼻科疾患により、よく眠れていないことが原因である可能性もあります。

学校検診では、詳しい検査ができないため、もしいびきが気になるようであれば、その様子を動画にとり、医療機関へ受診することをおすすめします。



夏の飲み物に 要注意！

学校歯科医 菅原先生

暑い時期になると、つい炭酸飲料やスポーツドリンクを飲みたくなりますが、これらはどちらも「虫歯のリスクが高い飲み物」です。

スポーツドリンクは、もともとスポーツ選手向けに作られているため、糖分が多く含まれています。

炭酸についても、大量の砂糖だけではなく「酸」も含まれているため、歯の表面のエナメル質を弱くしてしまう原因になります。

激しい運動をしない限りは、日常の水分補給には「麦茶」が最適です。麦茶は、汗で失われがちなミネラルを豊富に含んでいます。

甘い飲み物は、おやつの時間に楽しむなどメリハリをつけ、飲んだ後は歯磨きをする習慣をつけると良いでしょう。