

ほけんだより5月

令和8年5月8日
宇奈月小学校
保健室

長かったゴールデンウィークは、新年度がスタートし、緊張や不安の中で頑張っていた心と身体を休ませ、ほぐすよい時間になったのではないのでしょうか。一方で、休みが長かった分、生活リズムが崩れていないか少し心配しています。学校でも指導をしていきますが、規則正しい生活を送ることができるよう、ご家庭での声かけも引き続きよろしくお願いいたします。

身体測定・視力検査の結果

学年	身長 <small>の</small> 平均 (cm)		体重 <small>の</small> 平均 (kg)		裸眼視力が 1.0未満だった人 (%)	
	男子	女子	男子	女子	男子	女子
1年	116.9	117.2	20.7	21.5	50.0	28.6
2年	124.0	120.2	27.5	22.4	50.0	50.0
3年	131.5	129.9	32.6	27.5	11.1	28.6
4年	137.7	131.4	33.3	27.2	40.0	42.9
5年	140.8	140.3	38.1	36.3	33.3	36.4
6年	147.4	148.0	41.4	40.9	42.1	43.8

時々、「体重はかるのいやだなあ」「太った!」と、必要以上に体重や見た目を気にしている声が聞かれます。子供たちの身体は成長している途中であることや、体型や成長は個人差があること等を伝え、子供たちが自身の成長を前向きに捉えることができるよう努めているところです。もし、ご家庭で無理なダイエットをしようとしているなど、気になる様子がありましたら、お知らせください。



内科検診について

プライバシー保護のため、内科検診時、本校では以下のような配慮を行います。

- ・男女別で実施します。
- ・検診会場ではついたてを使用し、個別の検診スペースを確保します。
- ・待機時や診察時に上半身を覆うため、右の写真のようなタオルを待機場所に用意します。使用するか否かは、本人やご家族の判断にお任せしますので、事前にご家庭でご相談ください。

※正確な診察のため、必要に応じてタオルをめくって診てもらうことがあります。

