

# 保健だより 5月

H27.5.1 野木町立野木小学校

若葉をゆらし吹く風がさわやかになってきました。出かけるのはもちろん、何をすることも気持ちが良い季節ですね。

さて、先月から健康診断が始まりました。身体計測では、「自分が去年よりどのくらい伸びたのか増えたのか、今年一年間勉強ができる状態なのか。」を確認しながらの計測であってほしいと思っています。先日、視力検査の治療勧告を配布しましたところ、早々に受診していただいご家庭や、結果に対する問い合わせがあり関心の高さを感じありがたいと思う瞬間でした。今月も内科検診や腎臓検診・寄生虫卵検査とまだまだ続きます。引き続きご協力をお願いします。

## 身体計測結果（県との比較）

学年	性別	平均	身長	体重	座高
1年	男子	本校	110.0	18.6	62.1
		県との差	-6.7	-3.2	-2.8
	女子	本校	114.1	20.4	64.4
		県との差	-1.5	-0.5	-0.1
2年	男子	本校	121.6	24.3	66.4
		県との差	-1.2	-0.3	-1.5
	女子	本校	125.8	26.4	69.4
		県との差	4.0	2.6	2.0
3年	男子	本校	129.6	27.4	71.1
		県との差	1.6	0.1	0.9
	女子	本校	126.2	26.9	69.7
		県との差	-1.2	0.2	-0.2
4年	男子	本校	132.2	29.0	72.0
		県との差	-1.1	-1.7	-0.7
	女子	本校	136.5	31.0	74.3
		県との差	3.1	1.0	1.6
5年	男子	本校	141.6	38.0	77.3
		県との差	2.5	3.3	2.3
	女子	本校	144.3	38	78.3
		県との差	3.8	3.1	2.1
6年	男子	本校	144.1	39.2	77.9
		県との差	-1.2	0.1	0.0
	女子	本校	146.7	38.8	79.3
		県との差	0.3	-0.4	0

県の平均と比較すると、2・4・5年女子において上回っています。また、身長伸びに比べて体重が少なく、比較的細身となっております。男子は、3・5年を除き下回り、小柄なお子さんが多いようです。

### 保健目標

- ・清潔な暮らしを心がけよう
- ハンカチを持とう
- つめをきろう

### 今月の予定

- 11日（月）寄生虫卵検査回収（1～3年）
- 12日（火）腎臓検診（尿検査）回収
- 12日（火）内科検診・結核健康診断
- 脊柱側彎症検査（4～6年）

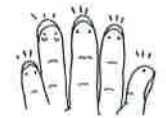
### つめののび具合は？

#### 長〜く伸びていませんか？

つめは、物を持ったり、指先を守ったりするためになくてはならないものですが、伸び過ぎは危険です。

つめが伸びていると、友だちに当たってけがをさせたり、指先が何かにつかかった時、つめが折れて痛い思いをすることもあります。

#### ★伸び過ぎサインをチェック



手のひら側から指先を見たとき、つめがはっきりと見えたら、伸び過ぎのサインです。1週間に一度はチェックして、伸びていたら切る習慣をつけましょう。

今月から、運動会の練習が始まります。

#### つめは伸びていませんか？

つめの役割は、①指先を保護すること。②指先に力が入るようにすること。があります。

しかし、その指先を守るはずのつめでけがをしてしまったり不衛生になってしまったり！伸びすぎたつめが当たって割れてしまったりお友達を傷つけたりしては大変です。自分もお友達も傷つけないように定期的に点検をしましょう。

#### 深づめにも注意！

切りすぎても、物が当たっただけで血が出てしまうこともあります。白い部分1mm位は残して切るのがお勧めです。ちょっと気にしながら切ってみましょう。

### 側彎症の検査をします。

4年生以上に、問診票でお子さんの状態を確認してから検査に臨みます。今までも、内科検診の際に行っていましたが、側彎症が発症しはじめる4年生以上から問診をしてすることになっています。3年生以下は、問診票は使用しませんが、今まで通り調べます。

### 脊柱側彎症

- ▶どんな病気？  
背骨がねじれて、横に曲がった状態になる病気で、多くの場合、原因は不明です。
- ▶どうやって見つけるの？  
背中や肩、腰の状態を見ます。検査の結果、側彎症の疑いがあるときは、さらにくわしい検査を受けることになります。
- ▶治療法は？  
早く治療を始めれば、進行を防ぐことができます。治療法は、症状の進み方によって異なります。