

# ほけんだより

七葉中学校保健室発行



定期健康診断の結果を、お知らせします。また「マイヘルス」「健康チェックカード」を配布したので、自分の成長した様子や、生活の様子を確認してください。お家の方の確認印をもらって、12日（金）までに担任の先生に提出をしてください。

[1] 児童・生徒の体位(県・全国との比較)

(1) 身長

< 県・全国との比較 >

(単位: cm)

項目	学年		
	1年	2年	3年
本校平均	152.0	161.7	166.6
県平均	153	160.7	166.2
全国平均	152.4	159.5	165.1
県平均との比較	-1.0	1.0	0.4
全国平均との比較	-0.4	2.2	1.5

男子

(2) 体重

(3) 座高

学年		
1年	2年	3年
42.3	52.3	53.6
44.3	49.6	55.1
44	49	54.2
-2.0	2.7	-1.5
-1.7	3.3	-0.6

(単位: kg)

学年		
1年	2年	3年
81.2	85.3	88.9
81.5	85.5	88.8
81.3	84.9	88.2
-0.3	-0.2	0.1
-0.1	0.4	0.7

(単位: cm)

項目	学年		
	1年	2年	3年
本校平均	152.1	155.1	157.9
県平均	152.9	155.3	157.0
全国平均	151.9	155.0	156.5
県平均との比較	-0.8	-0.2	0.9
全国平均との比較	0.2	0.1	1.4

女子

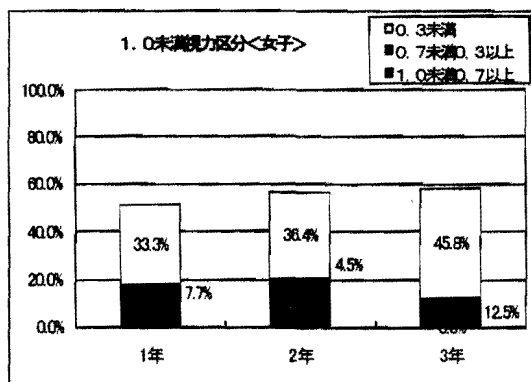
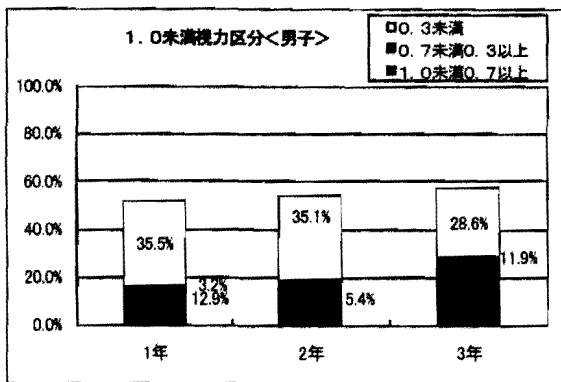
学年		
1年	2年	3年
44.1	49.1	50.4
44.0	47.5	49.7
43.7	47.4	49.9
0.1	1.6	0.7
0.4	1.7	0.5

学年		
1年	2年	3年
82.5	84.4	85.9
82.8	84.2	85.2
82.2	83.9	84.9
-0.3	0.2	0.7
0.3	0.5	1.0

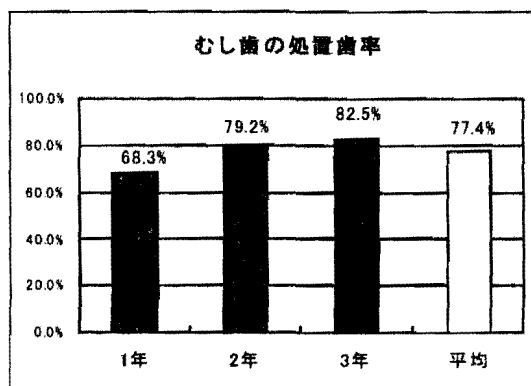
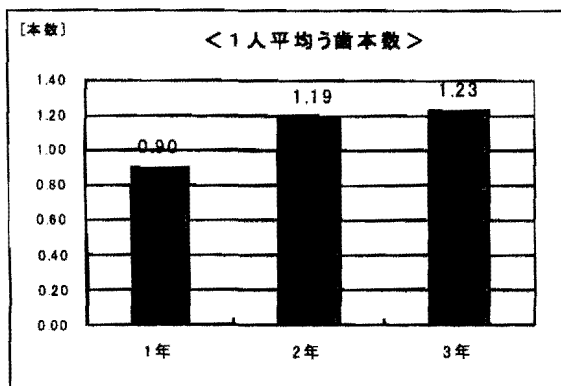
身長：県平均と比較すると、2・3年生の男子と3年生の女子は大きい。

体重：県平均と比較すると、2年生の男子と女子は大きい。

座高：県平均と比較すると、3年生男子と2・3年生の女子は大きい。



☆ 左の表は裸眼視力で1.0未満の割合です。男女同じような割合です。今年、1年生の割合が高いです。



☆ 左の表はう歯の状況です。処置者率が低いので、むし歯治療の紙をもらった人は早めに治療しましょう

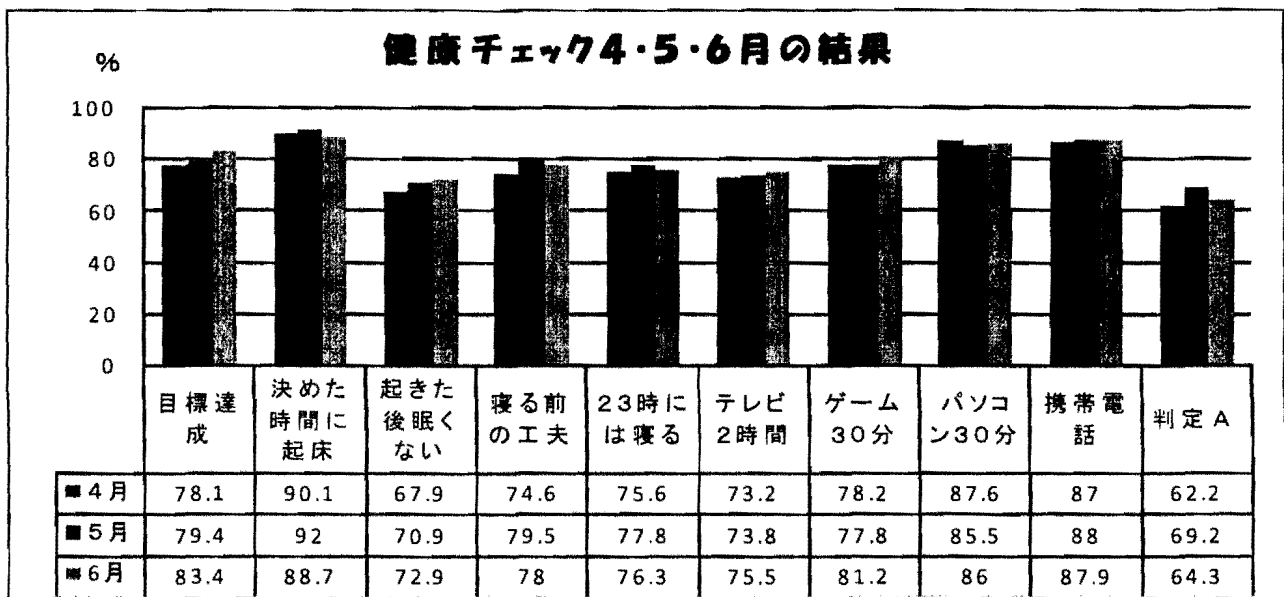
## 保護者の方へお願い

「マイハルス」と「健康チェックカード」を配りました。成長した様子をご確認ください。ご覧になられたら両方に押印していただき、**7月12日（金）**までに担任の先生に提出をしてください。また、学校生活を有意義なものに行けるように「健康チェックカード」で、遅く寝ていたり、メディア機器の使用状況が多かったりしていたら、話しあっていただきたいと思います。

ご協力をお願いいたします。

## ★「健康チェックカード」 4月・5月・6月の結果です。

- 全体でみると「目標達成」「起きた後眠くない」の項目がよくなり、また「テレビ・ゲーム・携帯電話」の使用を少なくした人が多くなり、良くなりました。ただし、学年によって差があります。自分の「健康チェックカード」でみて、長起きをしていたり、メディア機器を使いすぎている人は、今後の生活を変えていき、有意義な学校生活を送れるようにしていきましょう。



※ グラフは、長い方が良いです。

梅雨が明けると、急に気温が上がり夏本番になり、体力が消耗します。「早寝・早起き・朝ご飯」で規則正しい生活をしこの夏を乗り切りましょう。

