



令和5年
7月6日(木)
西多賀中学校
保健室

定期健康診断の結果をお知らせします

今年度実施いたしました健康診断の結果を、健康の記録にてお知らせいたします。

治療や経過観察が必要な人には、健康診断実施後、治療をお勧めするお便りを出しています。既に受診いただいたご家庭もあり、ご協力誠にありがとうございます。中学生は、部活や勉強で平日に保護者の方と時間を合わせることに難しいと思います。夏休みや土曜日の午前中を利用して、受診させてください。勉強の時間、部活の時間、治療をして健康を守る時間など、めりはりをつけて有意義な夏休みになるようご家庭でのお声掛けをよろしくお願ひします。

★健康診断結果…健康の記録の内側別紙をご覧ください。

★保護者押印欄…表紙の確認印の保護者欄に、押印をお願いします。

★提出日……7月14日(金)までに、担任へご提出ください。

身長・体重

身長と体重のバランスはどうでしょうか。成長曲線のページも確認してみましょう。

成長する時期は人それぞれです。大切なことは、自分が成長するときに規則正しい生活で、体調を整えることです。

性別	学年	校内平均身長	校内平均体重
男子	1年	155.1	46.8
	2年	161.2	49.9
	3年	166.7	54.8
女子	1年	151.9	43.3
	2年	154.8	47.0
	3年	155.1	48.4

視力検査・眼科検診

裸眼視力B・C・Dの生徒の皆さんには治療勧告を出しています（矯正視力の場合はC・D）。

中学生は視力が急に下がることがあります。視力低下の裏に潜む病気を早期発見するために、眼科受診を勧めています。

視力は成長期のため変動が大きく、メガネやコンタクトを最近購入したばかりなのに合わなくなっている場合があります。中学生・高校生の今、黒板の文字をしっかりと見て勉強しなければならない時期です。こまめに合わせることをお勧めします。

大切な眼です。まだ受診していない人は、夏休み中に受診しましょう。

内科的疾患・脊柱・胸郭・運動器

アトピーや喘息の既往がある人は、定期的にかかりつけの病院で診てもらいましょう。定期健康診断では、4月に、保護者様にご記入いただいた保健関係調査票に基づき検診を実施しています。内科検診では、心臓や肺の聴診や頸部リンパ節の触診・皮膚の視診と共に、脊柱（背骨）と胸郭（胸の骨の形）・運動器の検診を行っております。今回変化がなかったとしても、成長期の皆さんは、成長過程で変形する場合があります。鏡を見たときに肩の高さに左右差がないか、腰に手を当てた時に腰の高さに左右差がないか、おじぎをした時に肩に左右差がないかなど、自宅でもチェックしてみましょう。

耳鼻咽喉科検診

アレルギー性鼻炎

原因になる物質や症状がひどくなる時期は人それぞれです。鼻水が出たり、鼻が詰まったり…。鼻の調子が悪いと集中力がなくなったり、頭痛がしたりと、学習に支障が出ます。症状がひどくなったときには、かかりつけの病院を受診しましょう。

副鼻腔炎

中耳炎や視力障害などの合併症が心配されます。根気よく治療しましょう。

耳垢塞栓

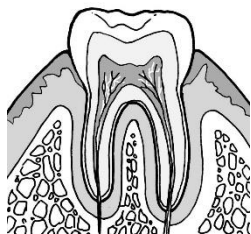
耳垢がたまって固くなっている状態です。自分で取ることが難しい硬さに固まってしまっている場合があります。そのときは、耳鼻科で取ってもらいましょう。

聴力検査

学校の聴力検査で聞こえにくかった人は、検査機関での二次検査をご案内しています。

歯科検診

虫歯を放置している人がいます。数年間放置された虫歯は、かなり痛みを感じているはずですが、歯髄まで進行したむし歯は、神経が機能しなくなってしまい、痛みすらない場合もあります。虫歯は自然に治りません。早期発見・早期治療が大切になってきます。



元気に夏を過ごすために

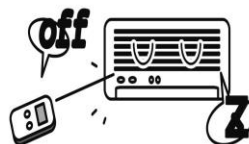
早寝早起き



しっかりあさごはん



エアコンを過ぎない



外に出るときは帽子



保護者様へ

中学生は心身の成長が著しく、中学校の3年間で20cm以上身長が伸び、骨格が大きくなって制服がきつくなる生徒もいます。外見の大きさは変わらないように見えていても、内臓や神経系・ホルモン分泌が充実してくるなど、身体の中も大きく成長しています。また、身体の変化に伴って、心に様々な不安や悩みを抱える生徒もいます。気持ちに寄り添いながら、一緒に考えてあげてください。不安や緊張が強かったり、頭痛や腹痛などの身体の不調が長く続いたりする場合は、背景に病気があることがあります。気持ちの問題だと決めつけず、ぜひ医療機関や専門医等を受診していただきますようお願いいたします。変化の多い時期ですので、健康診断時の状態が1年間続くとも限りません。日々の生活の中で気付いたことがあれば、早期にかかりつけ医にご相談をお願いいたします。その際、学校生活で気を付けなければならないことがありましたら、ご連絡をお願いいたします。

