

ほけんだより 3月

令和5年3月1日
湘南養護学校 保健室

日がだんだんと長くなり、温かく過ごせる日も増え、今年度も残すところ1ヶ月となりました。今年度は多くの行事を実施することができた反面、2月は湘南養護学校でもインフルエンザが数年ぶりに流行り、驚かれた方も多かったのではないのでしょうか。引き続き、手洗い、うがい等、基本的な感染対策を行い、楽しい学校生活を過ごしましょう。1年間保健室へのご協力ありがとうございました。



3月の保健行事

- 1日(水) 高3体重測定
- 6日(月) 高1体重測定
- 7日(火) 高2体重測定
- 8日(水) 小学部体重測定
- 13日(月) 中学部体重測定

保健関係書類について

各学年、登校最終日に保健関係書類の返却を行います。事前にお休みが分かっている場合には、担任までお知らせください。在校生は書類をご確認の上、新たに記入が必要な個所に追記、修正等をして **4月5日(水)** にご提出ください。

返却書類	確認内容	提出日
①保健調査票	*内容を確認し、表紙に印鑑またはサインをお願いします。 *訂正箇所は赤字で記入して下さい。	4/5 (水)
②定期健康診断問診票	*新年度の学年の箇所に記入をお願いします。	
③結核問診票(小・中学部のみ)	*新年度の学年の箇所に記入をお願いします。	
④災害時予備薬(預けた方のみ)	*次年度も引き続き災害時予備薬を預ける方は、「災害時予備薬3日分」、「災害時予備薬保管票」、「お薬の説明書のコピー」を持参してください。	
⑤災害時予備薬保管票		
⑥緊急時対応シート	*内容を確認し、印鑑またはサインをお願いします。	



卒業生のみなさん

ご卒業おめでとうございます。
皆さんが過ごした湘南養護学校での日々は、楽しかったこと、頑張ったこと、少し後悔を残したこともあると思います。その多くの経験を糧にして、次の新しいステージでも頑張ってください。これからもずっと皆さんを応援しています。

保健室より

来年度以降の健康手帳の取扱いについて

令和5年4月より、健康診断結果と毎月の体重測定の結果の提示方法が変更になります。これまでは、健康手帳を使用し、ご家庭へ検診と計測の結果通知をしていました。4月からは健康手帳を廃止し、個人の個票で検診の結果を配付。また、計測の結果は「成長のきろく」を使用して各御家庭とやりとりを行います。お子さんの個人情報紛失を防ぐための対策として、是非ご理解の程よろしくお願いたします。3月まで使用していた健康手帳につきましては、3月の体重測定終了後ご家庭で保管をお願いいたします。

【見本】健康診断の結果 (A4)

定期健康診断結果お知らせ
さん
定期健康診断の結果をお知らせいたします。

※検査項目について※
【聴力検査】小1・2・3・5、中1・3、高1・3が対象です。
【心電図(臨床医学的検査)】小1・4・5、中1・高1が対象です。
【結核(胸部X線撮影)】高1が対象です。

※結果の表示について※
「/」は異常なしです。

身体計測	身長	cm	※検査項目について※
	体重	kg	
内科検診	眼	眼	※結果の表示について※
	耳鼻咽喉科		
	皮膚科		
	歯科		
歯科検診	歯の疾患及び異常		
視力検査	視力		
アレルギー検査	アレルギー検査		
神経検査	神経検査		
心臓検査	心臓検査		
尿検査	尿検査		

●特別検診指導区分●

A: 要治療	1: 要治療
B: 要観察	2: 要観察
C: 要生活	3: 要観察
D: 正常生活	(例)D3: 異常なし

健康診断の結果は、すべての健康診断終了後に全児童生徒を対象に配付します。受診や治療が必要なお子さんにつきましては、別途受診の おすすめを配付しますのでよろしくお願いたします。また、配付された健康診断の結果はご家庭で大切に保管をお願いいたします。

「成長のきろく」は1年間の身長と体重を記載する記録表です。毎月の体重測定終了後に家庭へ配付しますので、ご確認いただき担任へ返却してください。また、年度末にはそのままご家庭で保管をお願いいたします。

【見本】成長のきろく (A3)

<表紙>

成長のきろく

【成長のきろくについて】
湖南支援学校では第3回の身体計測、毎月1回体重測定を行っています。成長のきろくは、毎月の体重測定の結果を1年間、学校と家庭で共有するシートです。毎月の測定後、担任から家庭へ配付します。家庭での確認が済みましたら、担任までご返却をお願いいたします。3月以降は家庭でそのまますべてください。

小・中・高 年 組 氏名

<中身>

肥満度の計算及び判定の方法について

1. 測定方法
①測定場所：健康診断フェスティバル、でロールス指数より肥満度を算出されています。
②本校の内科医も、肥満度を参考にし、検診及び指導を行っています。
③ロールス指数は、身長と体重のみ使わず、一律で標準計算方法なのでアバウトな数字になる。

2. 肥満度とは？
①身長別標準体重に對して、どのくらい体重がオーバーしているかを算出して判定しています。
②身長別標準体重とは、性別、年齢別、身長別で算出されています。
(身長が同じでも、年齢、性別によって標準体重が違ってきます)

3. 肥満度の計算方法について
①肥満度(%) = (実測体重(kg) - 身長別標準体重(kg)) ÷ 身長別標準体重(kg) × 100
※標準体重(kg) = 指数a × 実測身長(cm) - 指数b

年齢	指数a	指数b
5歳	0.386	23.699
6歳	0.461	32.382
7歳	0.513	38.878
8歳	0.592	48.804
9歳	0.687	61.39
10歳	0.752	70.461
11歳	0.782	75.106
12歳	0.783	75.642
13歳	0.815	81.348
14歳	0.832	83.695
15歳	0.766	70.989
16歳	0.656	51.822
17歳	0.672	53.642

年齢	指数a	指数b
5歳	0.377	22.75
6歳	0.458	32.079
7歳	0.508	38.367
8歳	0.561	45.006
9歳	0.632	56.992
10歳	0.73	68.091
11歳	0.803	78.846
12歳	0.796	76.934
13歳	0.655	54.534
14歳	0.594	43.264
15歳	0.56	37.002
16歳	0.578	39.057
17歳	0.598	42.339

身長別標準体重を求める関数(男子)

判定	やせすぎ	やせすぎ	普通	太りすぎ	太りすぎ	太りすぎ
肥満度	<-30%以下	-30%超	-20%超	20%以上	30%以上	50%以上
		-20%以下	+20%未満	30%未満	50%未満	

身長と体重の記録

測定日	身長	4/	5/	6/	7/	8/	9/	10/	11/	12/	1/	2/	3/
作業													
肥満度													
身長													
保護者印													

※参考の為、内務省のみ神年度(1月の身長、3月の体重)の記録を記載しています。

何かご不明な点がございましたら、いつでも保健室までお問い合わせください。よろしくお願いたします。