

# ほほえみ

桑野小保健室 H30.5.22



・・・保護者の皆様へ・・・

\* 定期健康診断に関し、提出物等のご協力ありがとうございます。検査結果につきましては、下記の要領で保護者の皆さまにご報告いたします。

\* 「尿検査」の3回目（最終）は5月25日です。未検査の方は忘れずに提出をお願いします。



5月に入り、気温差が大きく体調不良の児童も多くなっています。胃腸炎症状も出ておりますので、お子様の健康管理をお願いいたします。また、熱中症に注意が必要な季節を迎えます。水分補給用水筒のご準備をお願いいたします。ハンカチ、ティッシュの他、感染症予防対応としてマスクを常にランドセルに入れておくことも、重ねてお願いいたします。

## 健康診断の結果通知について

下記の場合には、個別にお知らせいたします。

\*検査の結果、異常が見られない場合には個別に通知はいたしません。夏休み前の「健康の記録」に貼付する「定期健康診断結果通知」でご確認ください。

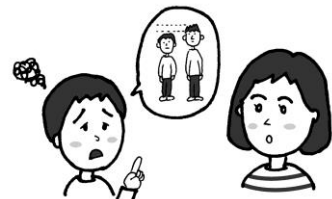
お知らせが配付されましたら、専門医で詳しい検査を受け、正しい処置や指導を受けられるようお願いいたします。医師の診察を受けられた結果につきましては、担任までご連絡ください。また、既に治療済み、治療中の場合にも保護者の方がその旨記入し、ご連絡くださいますようお願いいたします。

## \* 検診、検査結果の個別通知 \*

- ☐ 「視力検査結果」・・・裸眼、矯正視力が「B、C、D」の場合。
- ☐ 「内科・眼科・耳鼻科検診結果」・・・学校医（内科、眼科、耳鼻科）による診察の結果、もう一度詳しい検査が必要な場合。
- ☐ 「尿検査結果」・・・2次検査、専門医による検査が必要な場合。
- ☐ 「歯科検診結果」・・・福島県歯科医師会の指導による通知で全員に配付します。（「異常なし」の場合も配付します。）所見がある場合には、説明文を参考にされ、早めの受診をお願いします。
- ☐ 「聴力、色覚検査結果」・・・専門医による詳しい検査が必要な場合。

健康診断を通して、自らの健康や発育・発達について子どもたちの関心が高まっている様子がうかがえますが、その中で、友達との違いについて気になっている子もいるようです。ご存知のように、身体の成長の様子は一人ひとり違います。例えば身長でも、小学校段階で伸びる子、中学校段階で伸びる子、急激なピークはなくゆっくり伸びる子、実にさまざまです。学校でも、成長の様子は個人差があり、人と比べる必要はないことも含めて指導を進めておりますが、ぜひご家庭でもお子さんの発達段階に応じ、お話いただければ幸いです。

## 発育の「バランス」はとれていますか？



1年間で3回の身体測定を行います。（4月、8月、1月）「健康の記録」を通してお子様の成長の様子をご確認ください。

## □子どもの発育について注意する視点（参考資料）□

### ○身長：1年間の伸び、平均値との差

学童期は男女差、年齢差もありますが、1年間に5～7cmの伸びが見られるといわれます。「1年間に4cm以下しか伸びないのが2年間続く」「平均身長よりかなり低い」場合は、まれにホルモンや骨の発育がうまくいかずに成長が阻害されている場合があります。このようなことが心配される場合には、かかり付けの小児科医や専門医にご相談されることをお勧めいたします。

### ○体重：1年間の増え方（低学年）

二次性徴に入る前までは、1年間の体重の増加は3kg程度といわれます。低学年のうちに体重があまり増えてしまうと肥満につながりますので注意が必要です。かといって、成長に必要な食事を減らすのではなく、食事の内容やおやつの見直し、手伝いや外遊びなど体を動かす生活習慣を変えていきましょう。

### ○思春期早発症：体の早い変化

年齢不相応な早い時期に思春期の体の変化があります。参考として、下記のような症状が見られます。

男子 ・9歳前に精巣（睾丸）が発育する。

・10歳前に陰毛が生える。

・11歳前にわき毛、ひげが生え、声変わりが見られる。

女子 ・7歳半前に乳房がふくらみはじめる。

・8歳前に陰毛、わき毛が生える。

・10歳半前に生理が始まる。

参考資料 日本小児内分泌学会