

ほけんだより

恵那市立飯地小学校
保健室 2号
平成28年4月15日



しんたいそくてい

身体測定がおわいました。

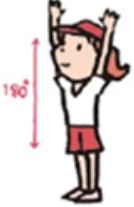
がつ か しんたいそくてい おこな ぜんかい ほけん し
4月8日に身体測定を行いました。前回の保健だよりでもお知らせをしましたが、

こんねんど ざこう そくてい うんどうきけんしん あら はじ しんたいそくてい
今年度から座高の測定がなくなり、運動器検診が新たに始まりました。身体測定で

ないかけんしんまえ じぜんちょうさ うんどうきけんしん おこな
は、内科検診前の事前調査で運動器検診を行いました。

うんどうきけんしん

運動器検診では、なにが分かるの？

バンザイ 	うで あ うで みみ 腕を上げたときに、腕が耳につくかどうかをチェックします。 やきゅうかた うたが 野球肩などの疑いがないかなどのチェックになります。
ひじま の 肘曲げ伸ばし 	ひじ ま の しっかり肘の曲げ伸ばしができるかどうかをチェックします。 ま て かた さわ かくにん 曲げたときに、手で肩を触れるかを確認しました。 やきゅうひじ ひじ うたが 野球肘やテニス肘などの疑いがないかのチェックになります。
たいぜんくつ 体前屈 	からだ こし ま いた 体がやわらかいかどうか、腰を曲げたときに、痛みがあるかどうかをチェックします。 せきついぶんりしょう ようつい かんせつとつきかんぶ はい びょうき 脊椎分離症（腰椎の関節突起間部にひびが入る病気）などの うたが 疑いがないかのチェックになります。
かたあし だ 片足立ち びょう 5秒 	ふらついてしまわないかをチェックします。 こつばん せぼね だいたいこつとう しょう あし ほね 骨盤や背骨のゆがみ、大腿骨頭すべり症（脚のももの骨の せいちょうばん こかんせつ はな びょうき うたが 成長板が股関節から離れてしまう病気）などの疑いがないかの チェックになります。
しゃがみ込み 	あし うら ゆか 足の裏を床につけたまましゃがむことができるかチェックします。 こつばん せぼね だいたいこつとう しょう あし ほね 骨盤や背骨のゆがみ、大腿骨頭すべり症（脚のももの骨の せいちょうばん こかんせつ はな びょうき うたが 成長板が股関節から離れてしまう病気）などの疑いがないかの チェックになります。

身体測定の結果を返します。

岐阜県の学年別身長・体重平均値（平成26年度）

		1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
男子	身長	116.2 cm	122.0 cm	128.1 cm	132.7 cm	138.6 cm	144.8 cm
	体重	21.2 kg	23.7 kg	26.9 kg	29.5 kg	33.4 kg	37.8 kg
女子	身長	115.3 cm	120.9 cm	126.8 cm	133.9 cm	139.4 cm	146.6 cm
	体重	20.4 kg	23.0 kg	26.1 kg	29.8 kg	33.5 kg	38.3 kg

視力検査の結果について

判定	視力	備考
A	1.0 以上	ふだんの生活を送るのに、十分な視力があります。
B	0.7～0.9	ふだんの生活で困ることはないかもしれませんが、定期的に検査を受ける必要があります。
C	0.3～0.6	教室のうしろからは、黒板の字が見えにくいことがあります。
D	0.2 以下	教室の前からでも、黒板の字が見えにくいことがあります。

※B、C程度だと、子どもはそのまま生活していますが、学習にはメガネが必要となるときがありますので、大人が注意してみていくことが大切です。