



小野特別支援学校
ほけんしつ
2024. 6. 5

「鬼の霍乱」ということわざがあります。「霍乱」とは熱中症のような症状が出ることで、体が強く健康な人も、夏の暑さにはかなわないことを表します。今年も夏が近づいてきました。軽い運動で少しずつ体を暑さに慣らし、十分な睡眠とこまめな水分補給を心がけ、元気に夏を過ごしましょう。



健康診断のご協力ありがとうございました！

定期健康診断が全て終了しました。提出物等健康診断実施にご協力いただき、本当にありがとうございました。ほけんだより5月号でもお知らせしましたが、健康診断の結果、医療機関での検査や治療が必要だと思われるお子様には「健康診断のお知らせ」を個別にお渡ししています。



《《《『結果のお知らせ』を受け取ったら》》》



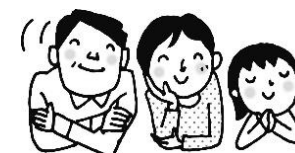
定期的に病院を受診されている場合は受診日にお持ちください。受診済みのご連絡をいただいても結構です。（必ず提出ではなく健康管理が目的です。）

ご不明な点、ご相談等ありましたら、学校までご連絡ください。



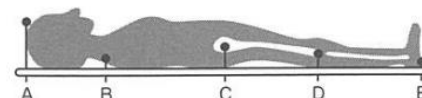
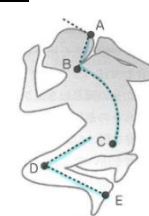
「からだのきろく」をお届けします☆

定期健康診断の結果をまとめた「からだのきろく」を持ち帰ります。成長の様子や健康状態について振り返る機会にしてください。確認していただけたら、押印の上、学校まで返却ください。



身長測定について

立って測定することが難しいお子様は、5点測定法を用いて測定をしています。



A点(頂点部)～B点(第7頸椎棘突起)
C点(尾骨と大転子部の同位置)から
D点(大腿骨外側上顆)とE点(足底)

肥満度について

肥満度の算出は村田式で行っています。「からだのきろく」に記入をしてお渡しします。

肥満度	判定
50 % 以上	高度肥満
30～49.9 %	中等度肥満
20～29.9 %	軽度肥満
-19.9～19.9 %	正常
-20 % 以上	やせすぎ



17日からプールが始まります。全身運動で健康の保持増進に効果的なスポーツです。毎日プールに入るため、エネルギーを使うとともに疲労もたまります。しっかり眠らせてあげてください。毎朝の健康観察もよろしくお願いします！