

西岐波中保健室

1学期の健康診断が終わりました

1学期の健康診断が無事終了しました。ご協力をありがとうございました。

下の表は、4月に実施した成長測定の結果です。

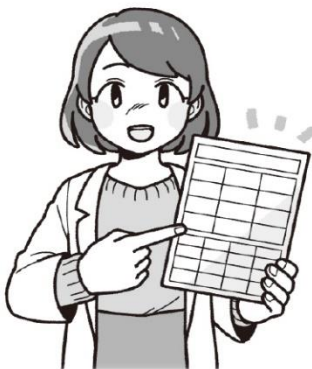
身長や体重の個人差があります。ほかの人と比べるのではなく、自分自身の成長を知ることが大切です。また、中学生は成長期であり、体づくりの大切な時期です。日頃から、生活習慣を整え、健康に過ごしましょう。

		身長(cm)			体重(kg)		
		校内平均	山口県平均	全国平均	校内平均	山口県平均	全国平均
男子	1年生	149.9	153	154.3	43.8	44.5	45.8
	2年生	157.5	160.1	161.4	49	50.4	50.9
	3年生	165.5	164.8	166.1	54.2	55.4	55.2
女子	1年生	150.6	151.5	152.6	43.6	44.2	44.5
	2年生	154.5	154.6	155.2	47.1	47.9	47.9
	3年生	156.4	156.1	156.7	49.9	50.2	50.2

全国と山口県平均は、「令和2年学校保健統計調査」のものです。

保護者の方へ

健康診断の結果をお知らせしています



学校では病気や異常の疑いがある人すべてに、『受診のおすすめ』を渡しています。お知らせをもらったからといって、すぐに異常があったというわけではありません。

けれど、もし病気があっても、早くみつけれれば早く治療を始められます。なるべく早い受診をお願いいたします。

プール学習が はじまります

チェック
&
チェック

前の日までの準備はOK?

☐ つめは切っていますか？
☐ 耳のそうじをしましたか？
☐ 目、耳、鼻、ひふの病気は治っていますか？
☐ 夜は早めに寝ましたか？

今日は元気にプールに入れるかな？

☐ 朝ごはんを食べましたか？
☐ 健康観察をしましたか？
 * 痛いところはありませんか？
 * 熱はありませんか？
 * 調子の悪いところはありませんか？



相談窓口の紹介



悩みがあっても、周りの人に相談しにくいと思うときもあると思います。
 そのような時は、以下のところにも相談することができます。

子ども人権110番	0120-007-110	月～金 8:30～17:15
思春期ほっとダイヤル	0835-24-1140	毎日 9:30～16:00
24時間 SOS ダイヤル	0120-0-78310	年中無休24時間



最近の保健室の様子について

梅雨に入り、雨の日が多くなりました。雨の日は路面がぬれて、滑りやすくなることから、登下校中に転倒しけがをする人が多くなります。時間にゆとりを持って安全に登下校をしましょう。

