

ほけんだより 9月

令和8年8月31日
多西小学校
保健室

久しぶりにみなさんに会えて嬉しく思います。夏休みは、心も体もリフレッシュできたでしょうか？
なかなか学校モードへ切り替えられない人も多いと思いますが、少しずつで大丈夫です。徐々にエンジンをかけて切り替えて行きましょう。何か不安なこと、困っていることがあったら保健室に相談に来てください。

《 身体測定の日程 》

持ち物：体操着 / 注意：髪の毛を頭の上や後ろで結ばないようにしてください。



1年生	2年生	3年生	4年生	5年生	6年生
9月2日	9月3日	9月1日	9月7日	9月8日	9月4日

～成長曲線をつけてみよう～



成長曲線とは…身長や体重の伸び方や増え方をグラフにしたものです。

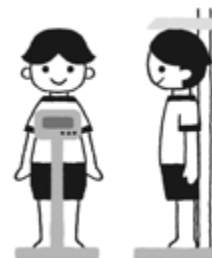
子供の成長の度合いを見ていくときに最も分かりやすい方法の一つです。

成長曲線の描き方…

横軸の年齢ごとに、身長・体重の測定値を交差するところに点を打って、その点を結んでいきます。

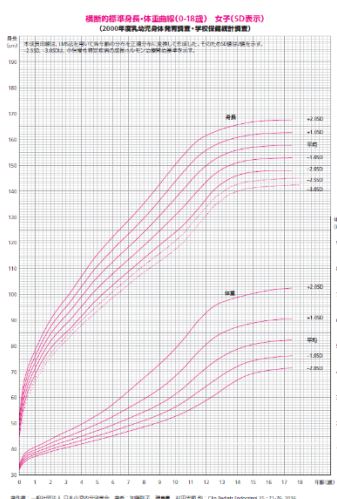
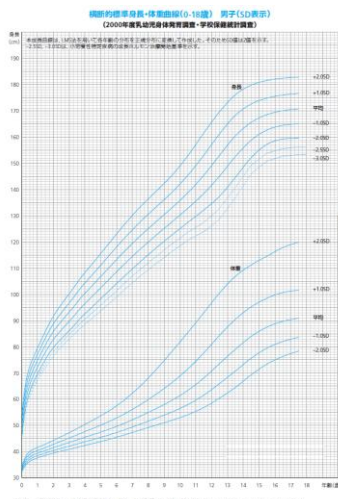
★成長曲線で見たいこと★

- ① カーブに沿っているか。
- ② こんな変化は相談が必要です。
 - ・カーブから下にずれる（以前より基準線の下側へ離れていく）
 - ・カーブから上にずれる（急に伸びて、基準線を越えて上がる）
 - ・-2SD 未満（同性・同年齢の平均より大きく下回る）
 - ・伸びが少ない（学童期で1年間の伸びが4cm未満など）
 - ・身長と体重がアンバランス（片方だけ大きく変化する場合も要チェック）



PDF データを添付しています。

経年記録は、夏休み前に配布した健康診断の記録をご活用ください。

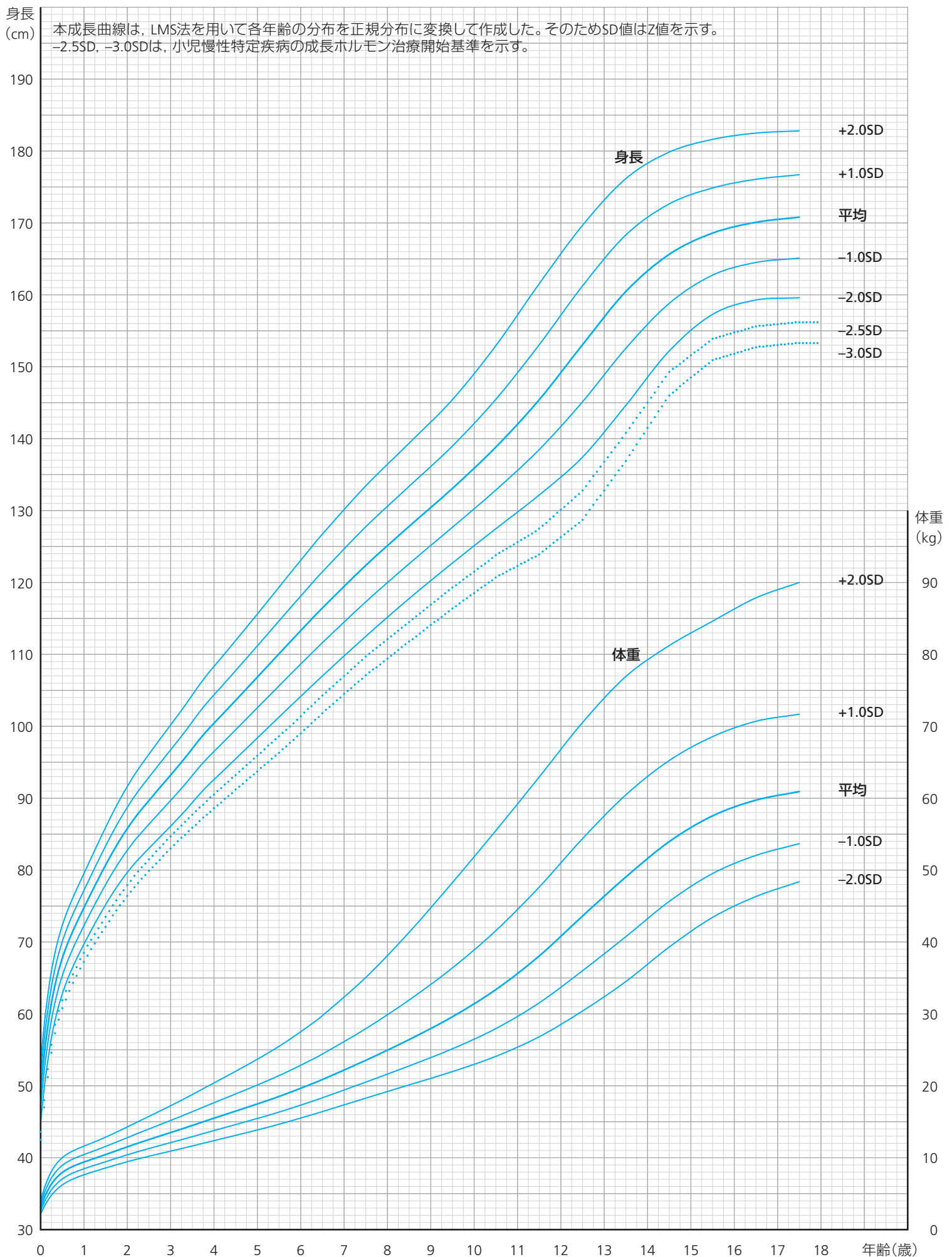


成長には個人差があるため、成長曲線だけで判断するものではありませんが、成長の様子から医療機関で詳しく確認した方がい場合もあります。大切なのは身長の高さではなくその子らしく伸びているかを見ることです。

9月は身体測定を行います。

測定後、「発育のようす」をお子さんに渡ししますので、お子さんの成長について、ご家庭で話をする機会になると嬉しいです。

横断的標準身長・体重曲線(0-18歳) 男子(SD表示) (2000年度乳幼児身体発育調査・学校保健統計調査)



横断的標準身長・体重曲線(0-18歳) 女子(SD表示) (2000年度乳幼児身体発育調査・学校保健統計調査)

