

保健だより

大阪府立りんくう翔南高等学校 保健室
平成28年6月27日発行
6月号



今週末から期末考査がはじまります。体調を崩している人はいませんか？本番で力が発揮できるように適度に休養をとりましょう。

また、寝不足や疲れがたまっている時は、熱中症になりやすくなりますので、水分補給やバランスの良い食事をしっかりとるようにしましょう！

1学期もあと少し！！

暑さに負けずに元気に乗り切りましょう♪

今年度の健康診断の結果と27年度の全国平均比較

男子 測定項目	1年生		2年生		3年生	
	りん翔生平均	全国平均	りん翔生平均	全国平均	りん翔生平均	全国平均
身長	168.3 cm	168.3 cm	168.9 cm	169.8 cm	169.5 cm	170.7 cm
体重	58.2 kg	59.0 kg	60.3 kg	60.6 kg	61.0 kg	62.5 kg

女子 測定項目	1年生		2年生		3年生	
	りん翔生平均	全国平均	りん翔生平均	全国平均	りん翔生平均	全国平均
身長	156.5 cm	157.1 cm	157.6 cm	157.6 cm	156.2 cm	157.9 cm
体重	51.9 kg	51.5 kg	55.1 kg	52.6 kg	52.5 kg	53.0 kg

身長と体重からこんなことが分かります

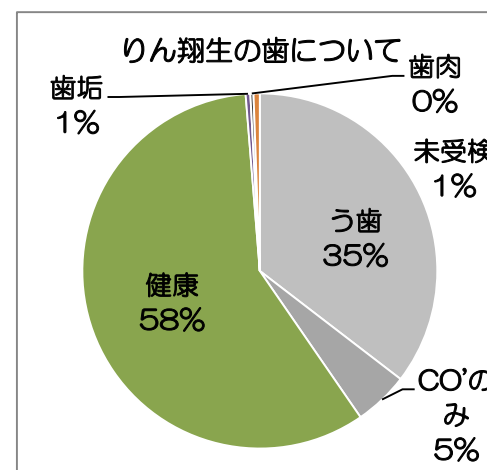
$$BMI = \frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$$

BMIとは、身長と体重のバランスが健康的かどうかを知る方法のひとつです。日本人の場合、BMI指数が22のとき、最も生活習慣病にかかりにくいことが、日本肥満学会の統計で分かっています。

BMI値	判定
18.5未満	やせ
18.5～25未満	標準
25～30未満	肥満
30以上	高度肥満



歯科検診の結果について



歯科検診の結果は左記の通りでした。今年度より受診が必要な虫歯になりかけの歯(CO')も検査していただきました。それをあわせると、本校では約4割の生徒が受診指導対象者となりました。

虫歯は・・・、

放っておいても自然には治りません

治療勧告をされた生徒は、**早めに受診し、受診報告書を保健室に提出**して下さい！！



視力検診の結果について

視力検査の結果は右記の通りでした。

A・・・1.0以上

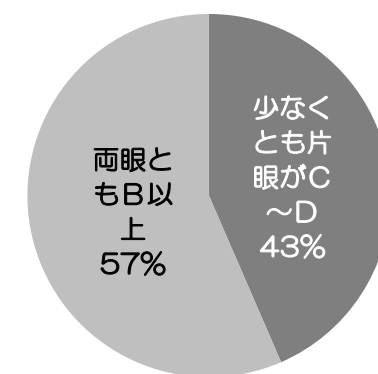
B・・・0.7以上 1.0未満

→治療勧告はしてありませんが、昨年Aで今年はBなどの場合は、今後悪化の可能性がありますので、受診をお勧めします。

C・・・0.3以上 0.7未満 →→→治療勧告

D・・・0.3未満 →→→治療勧告

りん翔生の眼について



保護者さまへ

健康診断の結果が出てまいりました。必要な生徒には治療勧告をさせて頂いております。

お子様が持ち帰られましたら早めに受診をお願いします。

また、健康診断未受診者や検査結果から近隣受診が必要になった生徒にも、随時お知らせをしておりますので、ご家庭より受診して頂き、学校まで報告して頂きますようよろしくお願いします。

今年度より、健康診断結果一覧表を作成いたします。夏休み前にお子様にお渡しいたしますので、お子様の健康状態と一緒にご確認ください。日々の健康管理にお役立て下さい。