



おうちのひとといっしょに  
よんでください!  
宇都宮市立昭和小学校  
2024.5.7

がつ けんこうしんだん  
**5月の健康診断**

にようけんさ <b>尿検査</b>  よびび <b>予備日</b>	13日(月) <small>ぜんがくねん</small> 全学年  29日(水)	<small>ぜんじつ</small> <b>前日はビタミン入りのジュースなどは飲まないようにしましょう。</b>
<small>じび かけんしん</small> <b>耳鼻科検診</b>	15日(水) <small>ぜんがくねん</small> 全学年	<small>がっこうい やまもとじ びいんこうか やまもとなおよしせんせい</small> <b>学校医(山本耳鼻咽喉科)の山本直由先生にみていただきます。</b>  <small>ぜんじつ みみあか どうじつ みみ だ かみがた</small> <b>前日には耳垢のおそうじを。当日は耳を出した髪型がおすすめで。</b>
<small>しんぞうけんしん</small> <b>心臓検診</b>	21日(火) 1・4年生	<small>たいいくぎ おこな</small> <b>体育着で行います。</b>
<small>ないかけんしん</small> <b>内科検診</b>	28日(火) 4・5・6年生	<small>がっこうい かねこないかいじん かねこかずひろせんせい</small> <b>学校医(金子内科医院)の金子和弘先生にみていただきます。</b>

こんな日は **熱中症** にご用心

湿度が高い日  
急に暑くなった日  
風が弱く、日ざしが強い日

体がまだ暑さに慣れていないこの時期、  
急な運動をすると **熱中症の危険** があります。

今からしっかり  
たいさく  
対策しましょう

- こまめな水分補給
- タオルで汗をふく
- 帽子をかぶる

保護者の皆様へ

4月の身体計測結果を成長曲線と肥満度曲線にてお知らせいたします。お子様と一緒に結果のご確認をお願いいたします。お気づきのことや、ご心配なことなどは、いつでもご相談ください。

成長曲線と肥満度曲線について

成長曲線基準図の中には下から3, 10, 25, 50, 75, 90, 97の7本の基準線があります。この数字の単位は“パーセンタイル”です。同性同年齢の児童が100人いて、背の低い方から高い方に並んだとき、「身長が5パーセンタイル」ということは「低い方から5番目に当たる身長」、「90パーセンタイル」ということは「低い方から90番目に当たる身長」ということです。

3~97の範囲から外れたからといって病的ということではありません。7本の基準線と基準線の間を“チャンネル”といい、身長あるいは体重の発育曲線がこのチャンネルを横切って上向きあるいは下向きになった場合に異常と判断されます。また、-2.5SD(標準偏差)の基準線は極端な低身長の上限を示すものです。つまり、-2.5SD~97パーセンタイルの間に位置していることや、チャンネルを大きく外れていないことは、順調な成長であることを示しています。

一方、肥満度曲線基準図の中には上から50%、30%、20%、0%、-20%、-30%の5本の基準線があります。これらの数字はそれぞれ高度肥満、中等度肥満、軽度肥満、適正体格、やせ、高度やせの判定基準です。