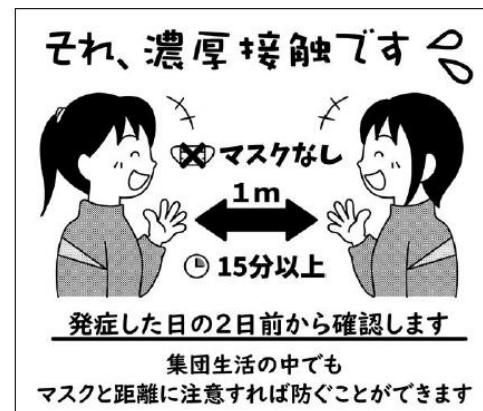


# すくすく1月号

あたら とし はじ がっこう はじ  
新しい年の始まり、3学期の始まりです。  
きもちを新たに1日1日を積み重ねて、たのしい  
1年にしてください。そして、日々の生活の  
土台となる心と体が健やかであるよう、  
健康づくりをしていきましょう。

令和3年1月8日  
並木小学校 保健室



## ●3学期発育測定

各クラス、休み時間に行います。



お家のひとと一緒に読みましょう。

月日	クラス	月日	クラス
1/12	2-1	19	1-1
13	2-2	20	1-2
14	2-3	21	1-3
15	2-4	25	3-1
18	6-1	6-2	3-2
	6-3		3-3
		2/2	5-2
		3	5-3

## 発育曲線ってなぁに？

発育曲線とは、縦軸に身長・体重の測定値をとり、横軸に身長と体重を測定したときの年齢をとった交点に印をつけて、その印を結んで曲線にしたもので。健康カードの裏にあります。

発育曲線の真ん中の線は、同じ歳の子供達の平均値を表し、他の線は平均身長・体重値からどれだけ離れているかという幅を示します。体が発育曲線に沿って成長しているか、確認することが大切です。



## グラフの見方

①左の縦軸…身長 (cm) ②右の縦軸…体重 (kg) ③下の横軸…年齢 (歳)

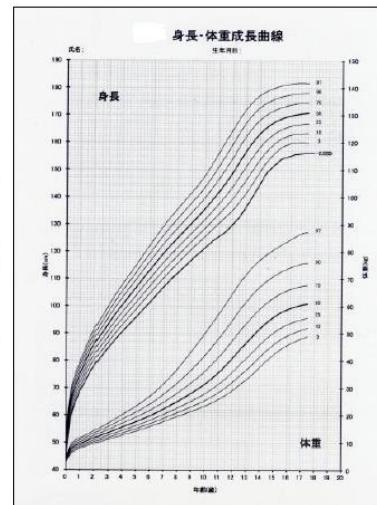
基準線の上から97、90、75、50、25、10、3の各パーセンタイル（百分位）です。※身長3パーセンタイルは同性同年齢の者が100人並んで前から3番目、10パーセンタイルは前から10人の身長を意味しています。



## 受診のすすめ

《以下の場合は受診をおすすめします》

- ◆97%以上、3%以下の場合
- ◆曲線（体重）をまたいで、急激に右下がりになっている場合は「思春期やせ症」が疑われます。
- ◆曲線（体重）をまたいで、上回っている場合は、肥満傾向が考えられます。
- ◆曲線（身長）が急に上がっている、または下がっている場合、成長障害が疑われます。



心配な点がありましたら保健室にご相談ください。