

ほけんだより

7月の保健目標『メディアコントロールを心がけ、規則正しい生活習慣に努めよう』

令和8年7月3日
新潟市立白根北中学校
保健室

「My Health」を配りました

今年度の各種健康診断の結果をお知らせします。自分の健康状態や成長をおうちの人と確認し、押印またはお家の人のサインをもらって、7月10日(金)までに担任の先生へ提出してください。体や心について心配なことや知りたいことがあったら、いつでも保健室に来てください。

白根北中 学年男女別体格平均値 (市平均は令和7年度の数値)

		身長 (cm)		体重 (kg)	
		男子	女子	男子	女子
1年	白根北中	155.5	152.0	46.6	44.3
	新潟市	154.7	152.9	45.5	44.3
2年	白根北中	160.1	156.5	49.6	48.1
	新潟市	161.8	155.5	50.4	47.5
3年	白根北中	166.9	156.3	57.1	49.8
	新潟市	166.5	156.9	54.7	49.7



- 発育・発達には個人差があります。あまり平均値にこだわりすぎないようにしましょう。
- 身長が伸びるこの時期は、体重も増えるのが自然です。



- ・まだ受診をしていない人は、平日の時間を使いやすい、夏休みがチャンス!
- ・継続した治療が必要な場合も、早めに受診し始めれば、夏休み中に通院しやすいですね。まとまった時間を活用しよう。



※なお、学校の健康診断は病気の「可能性」のスクリーニングなので、医療機関で検査すると「異常なし」とされる場合もあります。



視力検査のABCDって?

結果	視力	意味
A	1.0以上	よく見えています。後ろのほうの席でも黒板の字が問題なく読めます。
B	0.9~0.7	学校生活にはほとんど影響がありません。黒板の小さい文字が見えにくいことがあります。
C	0.6~0.3	教室での授業に少し影響があるかもしれません。後ろのほうの席だと黒板の文字が読みにくいです。
D	0.2以下	一番前の席でも黒板の字が見えにくい状態です。すぐに対策をする必要があります。

受診結果報告書の添付について

2・3年生は、My Healthの右側に、令和7年度までにご提出いただいた「受診結果報告書」を添付しています。全学年、令和8年度のご提出分は、今回配布したMy Healthに添付していません。市で規定された保存年限に合わせ、学校で保管します。

歯科健診「顎関節」の結果について

新潟市では「顎関節」の項目を実施しないため、空欄となっております。