

# ほけんだより 夏休み 特別号

R2. 8. 7  
和泉中学校 保健室

## 8月の健康目標【夏を元気に過ごそう】

1学期が終わり、いよいよ夏休みの始まりです！新型コロナウイルスの影響で7時間授業になり、夏休みも短くなってしまいました。2週間程度の夏休みですが、規則正しい生活を送り、健康に過ごし、充実した夏休みにしてくださいね。新学期にみなさんが元気に登校することを楽しみにしています★



## 健康診断の結果

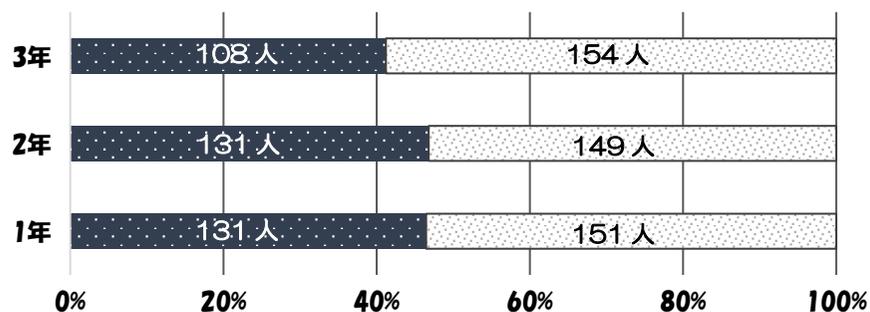
### 身体測定

平均値 【★は全国平均 (R.1) を上回っているところです】

学年	身長 (cm)		体重 (kg)	
	男子	女子	男子	女子
和泉 1年	★153.1	151.8	★45.7	42.9
全国 1年	152.8	151.9	44.2	43.8
和泉 2年	★161.4	★155.0	★50.2	★47.5
全国 2年	160.0	154.8	49.2	47.3
和泉 3年	165.3	155.8	53.2	48.1
全国 3年	165.4	156.5	54.1	50.1

### 視力検査

■ → 視力1.0以上  
※ 矯正視力は除く  
□ → 視力1.0未満



## 夏休みが治療のチャンスです！

普段、部活動や塾で忙しく、病院へ行けない人も多いようです。例年より短いですが、時間に余裕のある夏休みの間に受診しましょう。

視力は放っておいて良くなることはありません。

【視力がおちているが、メガネを作っていない】

【合わないメガネをかけている】

これらは視力が低下する行為です。

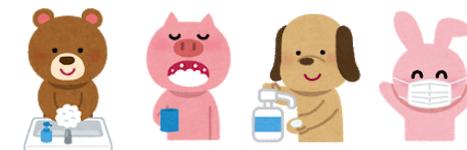
病院へ行って、適切な処置を受けましょう！



## 新型コロナウイルス 第2波到来

緊急事態宣言後、感染者数は減っていましたが、7月からだんだんと増えてきています。和泉市でも感染者が出てきています。引き続き感染しないよう、対策を心がけてください。

- ▶ 手洗いうがい、手の消毒
- ▶ マスクをする（熱中症に注意し、水分はこまめにとろう！）
- ▶ 3蜜（密閉・密集・密接）の回避
- ▶ 検温をして、体調を管理する



自分が感染しないためにも、周りの人に感染させないためにも、一人ひとりができる対策を行いましょう！



## 保護者の方へ

1学期中に、二測定・視力検査・聴力検査・尿検査・内科検診を実施しました。健康診断の結果は、受診が必要な生徒にお知らせを配付しています。受診の必要のない生徒には、配付していません。なお、毎年1学期末に配布している「健康カード」は定期健康診断終了後に配布しますので、今年度は2学期末に配布予定です。

学校で実施する健康診断は、スクリーニングであり、確定診断ではありません。病院を受診し「異常なし」と診断されることもありますが、なるべく早く病院を受診していただくようお願いいたします。

