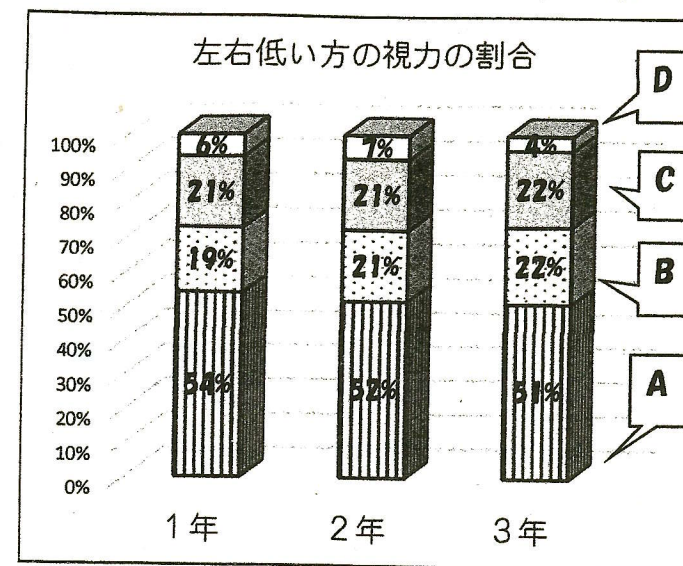


ほけんだより 9月

令和7年 9月 4日
大田区立大森第一中学校
保健室

②視力

※裸眼・矯正視力共通で、左右低い方の視力で集計。



全学年、大きな差はない。
矯正している人の結果を
入れています。CやDの
数値の人が多い。

近視があると、将来目の病気に
なりやすい、という報告があります。
視力が下がっているかな？と心配な
人は早めに病院へ行くようにしま
しょう。

～学校モードの体になつてきたか？～

長いと思っていた夏休みも、終わってみるとあ、という間ですね。最後の方は宿題
を必死にやっていた...という人もいたのではなないでしょうか。さて、生活リズムは整
っていますか？まだまだ暑い日が続くので、健康第一！とやていしましう。

～健康診断データ分析～

②身長

昨年の全国平均
です。

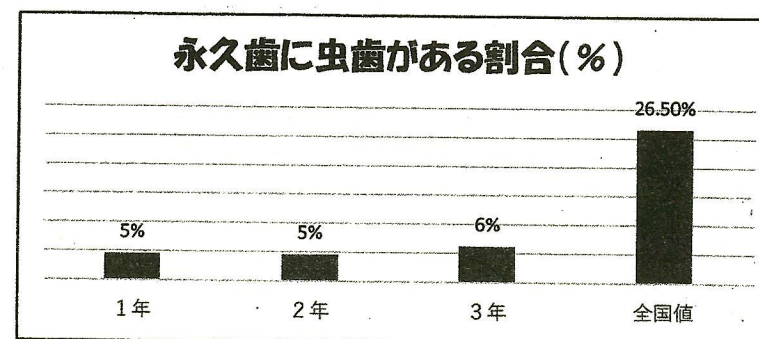
夏休みには一ヶ月の健康診断
データ分析し、やはりやすい
所をヒールアップしてみました。

	身長の平均	全国平均
1年男子	153.3	154
2年男子	163.2 ★	161.1
3年男子	166.2 ★	166.1
1年女子	153.7 ★	152.3
2年女子	155	155
3年女子	156.6 ★	156.4

★は全国平均を上回っている項目

2年男子・1年女子は
全国平均を大きく
上回っています。

②虫歯の割合



一中学生は歯がキレイ!!
実は各学年 1~2名位
いないんです。
全国的には4人に1人は
永久歯に虫歯があります。

②体重

・体重の平均

	体重の平均	全国平均
1年男子	41.9	45.3
2年男子	50.3	50.5
3年男子	54.9	55
1年女子	45.9 ★	44.4
2年女子	51.7 ★	47.5
3年女子	51.1 ★	49.6

★は全国平均を上回っている項目

全学年女子が全国平均
を上回っています。

「イコール肥満」というわけでは
ありません!! 気になる人は
右の「肥満度」を計算
してみてください。

★肥満度の求め方★

①まず標準体重を求める。 標準体重(kg) = 身長(m) × 身長(m) × 身長(m) × 13

②肥満度(%) = (体重 - 標準体重) ÷ 標準体重 × 100

【判定の目安】

-20%以上	-10%~-19%	-9%以上~19%	20%~29%	30%~40%	40%以上
やせすぎ・危険	やせ・注意	標準体重・健康	軽度肥満	中等度肥満	高度肥満

cmではないで注意!! 150cmなら1.5です。

数学... (C) ばんばん