

氏名

健康診断の結果

斜線は実施済異常なしです。

★肥満度は、裏面の表を参考に家庭で記録しましょう。

検査項目	1年			2年			3年			4年			5年			6年		
測定月	4月	9月	1月															
身長 cm
体重 kg
肥満度 %																		
保護者印																		

検査項目	1年	2年	3年	4年	5年	6年
内科						
栄養 脊柱・胸郭・四肢 皮膚疾患						
結核検査						
視力	右 ()	()	()	()	()	()
	左 ()	()	()	()	()	()
眼疾患						
聴力	右			—————		—————
	左			—————		—————
耳鼻咽喉疾患						
歯・ 口腔	むしば	なし・あり	なし・あり	なし・あり	なし・あり	なし・あり
	歯列・咬合	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ
	顎関節	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ	異常なし・勧告ずみ
	歯垢の状態	きれい・歯みがき不十分	きれい・歯みがき不十分	きれい・歯みがき不十分	きれい・歯みがき不十分	きれい・歯みがき不十分
	歯肉の状態	異常なし・要歯みがき・歯肉炎	異常なし・要歯みがき・歯肉炎	異常なし・要歯みがき・歯肉炎	異常なし・要歯みがき・歯肉炎	異常なし・要歯みがき・歯肉炎
	その他					
尿検査						
心電図所見						
その他の疾病						
保護者印						

氏 名 _____

生年月日 _____ 年 月 日生
(西 曆)

女子 身長・体重成長曲線

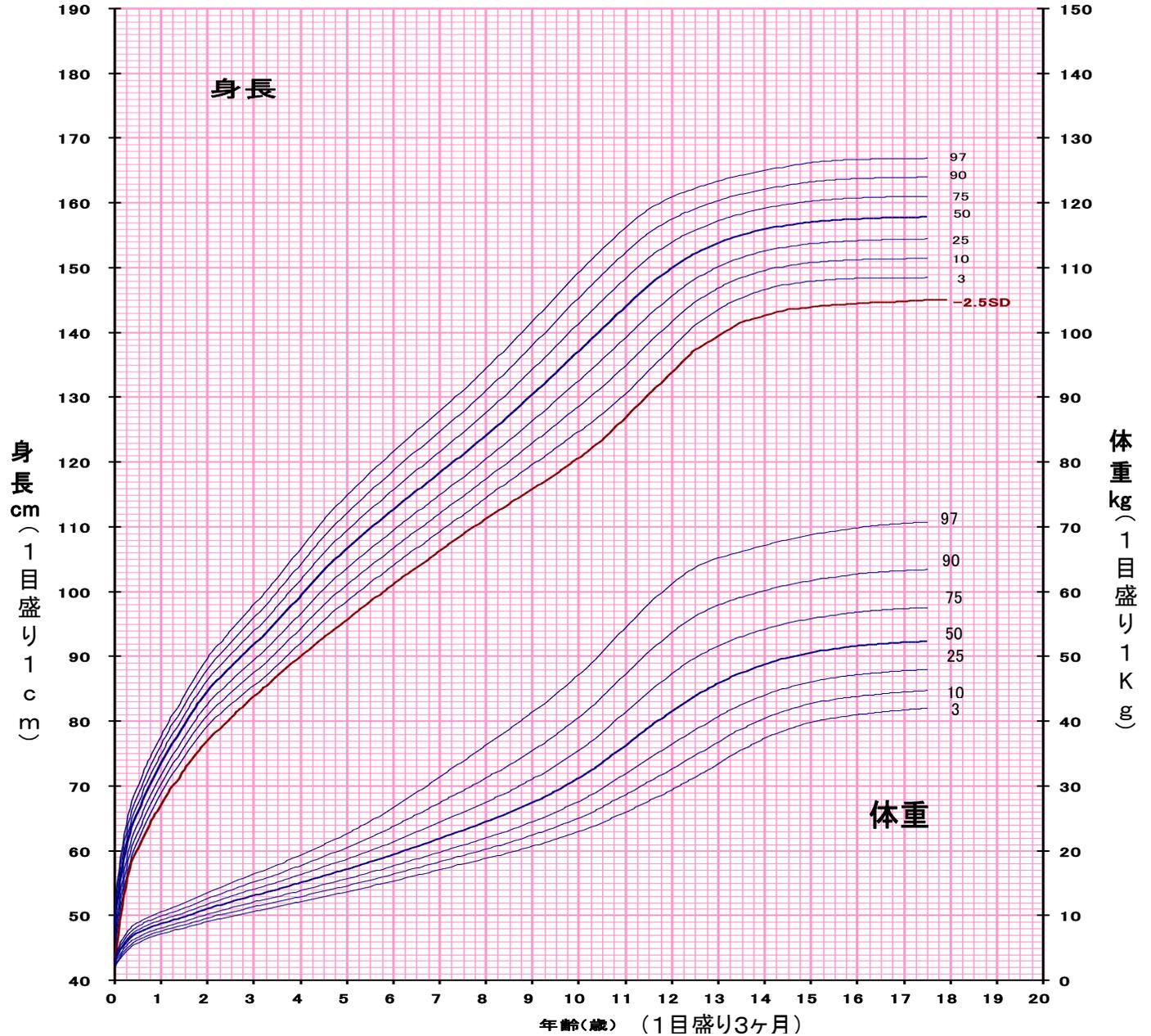
身長と体重を書き入れて
その変化を見てください。

<成長曲線とは>

成長曲線は、年・月齢ごとに身長・体重の平均値を集計し、横軸を年齢、縦軸を身長と体重としてグラフで表したものです。グラフの中の数値はパーセンタイルといい、集団を百に分けたときに何番目にあたるかを示すものです。身体の大きさが違って、子どもの身長・体重を書き込めば、年齢集団の中での位置づけがわかり、継続して記入していくとそれぞれの曲線のカーブに沿っているかどうかで成長の様子がわかります。
※-2.5SDのラインは、医学的な治療を検討する一つの目安となるラインです。

<成長曲線の描き方>

生年月日をもとに横軸にお子さんの年齢にあたる場所をさがします。年齢にあたる場所からまっすぐ上に線を伸ばし、次に左の縦軸（身長）及び右の縦軸（体重）にお子さんの身長（体重）の測定値をさがし、縦軸と横軸の線が交わる場所にそれぞれ点で印をつけてください。



標準体重早見表(女兒)と肥満度計算法

身長ごとの肥満度の算出方法には、いくつかの方法があります。
 下記の早見表は年齢は考慮されていませんので、目安としてご使用ください。
 ご家庭で肥満度を計算してみましょう。

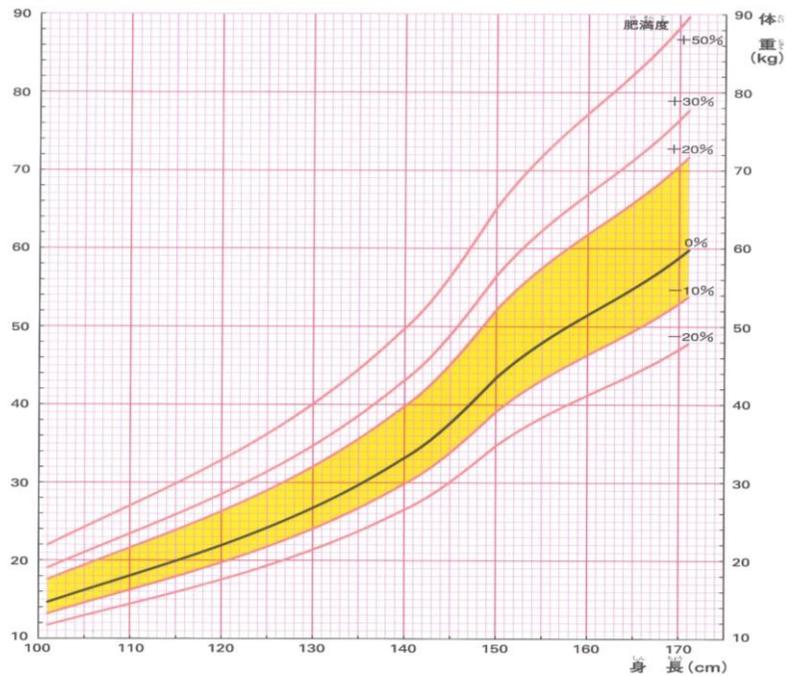
<肥満度計算法>

★標準体重は標準体重早見表を用いる。

$$\text{肥満度 (\%)} = \frac{\text{現在体重} - \text{標準体重}}{\text{標準体重}} \times 100$$

<標準体重早見表 女兒> ※日本小児内分泌学会のものを参考にしました。

身長 cm	標準体重 kg	身長 cm	標準体重 kg	身長 cm	標準体重 kg
101	14.7	129	26.2	157	49.4
102	15.0	130	26.7	158	50.1
103	15.4	131	27.3	159	50.8
104	15.8	132	27.9	160	51.5
105	16.2	133	28.4	161	52.2
106	16.5	134	29.1	162	52.9
107	16.9	135	29.7	163	53.5
108	17.3	136	30.3	164	54.2
109	17.7	137	31.0	165	54.9
110	18.0	138	31.7	166	55.6
111	18.4	139	32.4	167	56.4
112	18.8	140	33.2	168	57.2
113	19.1	141	33.9	169	58.0
114	19.5	142	34.7	170	58.9
115	19.9	143	35.6	171	59.8
116	20.3	144	36.6		
117	20.7	145	37.6		
118	21.1	146	38.7		
119	21.5	147	39.9		
120	21.9	148	41.0		
121	22.3	149	42.2		
122	22.8	150	43.4		
123	23.2	151	44.4		
124	23.7	152	45.4		
125	24.2	153	46.3		
126	24.6	154	47.1		
127	25.1	155	47.9		
128	25.7	156	48.7		



<肥満度の目安>

- 50%以上.....高度肥満
- 30%以上.....中度肥満
- 20%以上.....軽度肥満
- 19%~19%...正常範囲
- 20%以下.....やせすぎ

作図者:伊藤善也(北海道赤十字看護大学教授)
 藤枝憲二(元旭川医科大学教授)
 奥野晃正(旭川医科大学名誉教授)
 出典:「学童用肥満度判定曲線」
 発行:少年写真新聞社

けんこうせいかつ

<健康生活のきろく>

家庭記入欄

学年	1年	2年	3年	4年	5年	6年
記入例	かぜで5日欠席。	元気でした。	遊具より落下前腕骨折。	体重が急に増えた。	マラソンをはじめた。	下痢で3日欠席。
1学期						
2学期						
3学期						